

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Resiliencia en estudiantes residentes de una Universidad Pública de Lima  
Metropolitana

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Autor: Bachiller Fernando Huaroto Landeo

Lima – Perú

2018

## **DEDICATORIA**

A mis admirados padres, por haberme brindado siempre la oportunidad de poder aprender más.

A mis hermanos, por su apoyo incondicional.

## **AGRADECIMIENTO**

Al Mg. Fernando Ramos Ramos, en correspondencia a su labor de asesor del programa de suficiencia profesional de Psicología; por sus orientaciones, seguimiento y supervisión continua, hasta culminar el presente trabajo.

A la universidad Inca Garcilaso de La Vega, por las herramientas que ayudaron a concluir este trabajo; compañeros y profesores.

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, expongo ante Ustedes mi investigación titulada “RESILIENCIA EN ESTUDIANTES RESIDENTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LIMA METROPOLITANA”, bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para obtener el título profesional de licenciatura.

Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea correctamente evaluado y aprobado.

Atentamente

Fernando Huaroto Landeo

## ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de cuadros	ix
Índice de figuras	xi
Resumen	xii
Abstract	xiii
Introducción	xiv
 <b>CAPÍTULO I: Planteamiento del problema</b>	 <b>16</b>
1.1. Descripción de la realidad problemática	16
1.1.1. Realidad Internacional	17
1.1.2. Realidad Nacional	18
1.1.3. Realidad Local	20
1.2. Formulación del problema	23
1.3. Objetivos	23
1.4. Justificación e importancia	24

<b>CAPÍTULO II: Marco teórico conceptual</b>	<b>26</b>
2.1. Antecedentes	26
2.1.1. Internacional	26
2.1.2. Nacional	29
2.2. Bases Teóricas	32
2.2.1. Factores de protección y de riesgo	32
2.2.2. Personalista	35
2.2.3. Sistémica	36
2.2.4. Ecológica de Bronfrenbrenner	38
2.3. Definiciones Conceptuales	40
2.3.1. Resiliencia	39
2.3.2. Confianza y sentirse bien sólo	44
2.3.3. Perseverancia	44
2.3.4. Ecuanimidad	45
2.3.5. Aceptación de uno mismo	45
 <b>CAPÍTULO III: Metodología</b>	 <b>46</b>
3.1. Tipo y diseño utilizado	46
3.1.1. Tipo	46
3.1.2. Diseño	47
3.2. Población y muestra	47

3.2.1. Población	47
3.2.2. Muestra	47
3.3. Identificación de la variable y su operacionalización	48
3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico	49
3.4.1. Adaptación y Validez	50
3.4.2. Confiabilidad	51
3.4.3. Baremación	51

#### **CAPÍTULO IV: Presentación, procesamiento y análisis de resultados 53**

4.1. Procesamiento de los resultados	53
4.2. Presentación de los resultados	54
4.3. Análisis y discusión de los resultados	67
4.4. Conclusiones	72
4.5. Recomendaciones	73

#### **CAPÍTULO V: Propuesta de un Programa de Prevención e Intervención**

5.1. Denominación del problema	75
5.2. Justificación del problema	75
5.3. Establecimiento de objetivos	76
5.3.1. Objetivos del programa	76
5.3.2. Objetivo general	76

5.3.3.	Objetivos específicos	76
5.4.	Sector al que dirige	77
5.5.	Establecimiento de conductas / meta	77
5.6.	Metodología de la intervención	77
5.7.	Instrumento / material a utilizar	78
5.8.	Cronograma	79
<b>Programa de intervención</b>		<b>80</b>
<b>Referencias bibliográficas</b>		<b>108</b>
<b>Anexos</b>		<b>115</b>
<b>Anexo 1. Matriz de consistencia</b>		<b>115</b>
<b>Anexo 2. Escala de Resiliencia</b>		<b>116</b>
<b>Anexo 3. Plantilla de calificación</b>		<b>118</b>
<b>Anexo 4. Carta de presentación a la institución educativa superior</b>		<b>119</b>



## ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1. Factores protección y riesgo	
Cecilia Polo	34
Cuadro 2. Definiciones de Resiliencia	
María Cristina García Vesga y Elsy Domínguez de la Ossa	43
Cuadro 3. Ficha técnica de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young	
Humberto Castilla-Cabello	49
Cuadro 4. Escala de Resiliencia	
Humberto Castilla-Cabello	50
Cuadro 5. Baremación de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young	
Humberto Castilla-Cabello et al.	52
Cuadro 6. Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación de Resiliencia.	54
Cuadro 7. Medidas estadísticas descriptivas de los factores pertenecientes a la Resiliencia.	55
Cuadro 8. Medidas estadísticas descriptivas del nivel de Resiliencia	57
Cuadro 9. Medidas estadísticas descriptivas del nivel de Confianza y Sentirse bien sólo.	59
Cuadro 10. Medidas estadísticas descriptivas del nivel de Perseverancia.	61
Cuadro 11. Medidas estadísticas descriptivas del nivel de Ecuanimidad.	63
Cuadro 12. Medidas estadísticas descriptivas del nivel de Aceptación	

de uno mismo.

65

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Sistemas ecológicos de Bronfenbrenner	39
Figura 2. Los alcances de la investigación cuantitativa-descriptiva	46
Figura 3. Resultados del Nivel Total de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (ER).	58
Figura 4. Resultados del nivel de Confianza y sentirse bien sólo de la Escala de Resiliencia (ER).	60
Figura 5. Resultados del nivel de Perseverancia de la Escala de Resiliencia (ER).	62
Figura 6. Resultados del nivel de Ecuanimidad de la Escala de Resiliencia (ER).	64
Figura 7. Resultados del nivel de Aceptación de uno mismo de la Escala de Resiliencia (ER).	66

## RESUMEN

El presente estudio es de tipo descriptivo y diseño no experimental, planteándose como objetivo principal poder determinar el nivel de resiliencia en los estudiantes residentes de una pública en Lima metropolitana. El instrumento utilizado es la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young validada por Castilla et al. (2013) que evalúa la resiliencia y sus cuatro dimensiones: Confianza y sentirse bien solo, perseverancia, ecuanimidad y aceptación de uno mismo. La muestra es de tipo censal conformada por 45 estudiantes residentes de ambos sexos, de edades que fluctúan entre los 17 a 25 años. Posteriormente al análisis de los resultados, se halló que el 64,44% de estudiantes residentes se ubican en la categoría 'Bajo', mientras que el 11,11% de estudiantes se localizan en la categoría 'Medio'. Así mismo, en la dimensión "Nivel de confianza y sentirse bien solo" un 51,11% se ubican en la categoría 'Bajo' y un 48,89% en la categoría 'Muy bajo'; en la dimensión de "Perseverancia" un 60% se ubican en la categoría de 'Muy bajo' y un 2,22% en la categoría 'Medio'; en la dimensión de "Ecuanimidad" un 46,67% se ubica en la categoría 'Medio' y un 6,67% en 'Muy bajo' y en la última dimensión "Aceptación de uno mismo" un 53,33% se ubican en la categoría 'Bajo' y un 17,78% en 'Muy bajo'. Los resultados hacen manifestar que existe una necesidad que tiene que ser resuelta, para ello se elaboró un programa de intervención titulado: *"Aprendiendo a generar la Resiliencia en estudiantes residentes de una universidad pública"* teniendo como objetivo mejorar la vida emocional de los estudiantes residentes, y así ellos puedan obtener una mejor calidad de vida, no solo en su aspecto académico, si no, también familiar y social.

**Palabras claves:** Resiliencia, estudiantes, confianza, perseverancia, ecuanimidad.

## ABSTRACT

The present study is of a descriptive and non-experimental type, with the main objective being to determine the level of resilience in students of a public school in metropolitan Lima. The instrument used is the Resilience Scale of Wagnild and Young validated by Castilla et al. (2013) that assesses resilience and its four dimensions: confidence and feeling good alone, perseverance, equanimity and acceptance of oneself. The sample is census-type consisting of 45 students of both sexes, ranging in age from 17 to 25 years. After the analysis of the results, 64.44% of the students are located in the "Low" category, while 11.11% of the students are located in the "Medium" category. Likewise, in the dimension "Level of trust and feeling good alone" 51.11% is in the "Low" category and 48.89% in the "Very low" category; in the "Perseverance" dimension, 60% is in the "Very Low" category and 2.22% in the "Medium" category; in the dimension of "Equanimidad" 46.67% is located in the category 'Medium' and 6.67% in 'Very low' and in the last dimension 'Acceptance of oneself' in 53.33% are located in the 'Low' category and 17.78% in 'Very low'. "Learn to generate resilience in the students of a public university" aim to improve the emotional life of the resident students, and thus be able to obtain a better quality of life, not only in its academic aspect, but also familiar and social.

**Keywords:** Resilience, students, confidence, perseverance, equanimity.

## INTRODUCCIÓN

El desarrollo adecuado de una generación perteneciente al siglo XXI, y el reconocimiento de los jóvenes dentro de la sociedad peruana es fundamental para el progreso de toda nación. Más aún, cuando el acceso a información y/o conocimiento está disponible de forma casi inmediata, a través de los soportes virtuales, para la mayoría de personas. Esto debido al desarrollo y el gran avance tecnológico. El INEI (2017) nos habla de la existencia de un promedio de 8 millones 441 mil jóvenes, que van desde los 16 a 29 años de edad, representado el 27% de toda la población peruana, de los cuales 4 millones 165 mil son mujeres y 4 millones 274 mil son hombres. Así mismo, es debido mencionar, que en el año 2016 solo el 35,8% de jóvenes cuenta con educación superior; de los cuales el 21,5% posee educación superior universitaria dejando y un 14,3% con estudios superiores no correspondientes al grado universitario, dichos resultados se obtuvieron de la Encuesta Nacional de Hogares (ENAHOG).

El aumento de la población joven con educación superior en el Perú se incrementó alrededor de cinco puntos porcentuales en comparación al año 2011 donde el 30,9% logra obtener una educación superior. Esto ayuda a tener en consideración el grado de implicancia de la población respecto a su situación o su desarrollo en el ámbito académico. A su vez, en este estudio, ahondaremos en las transformaciones psicosociales que asume este grupo poblacional, estudiantes residentes, frente a las distintas situaciones críticas que se presenten en su desarrollo académico.

Se tiene en conocimiento que el día a día del estudiante universitario peruano, este se encuentra con distintos tipos de escenarios que lo conducen a asumir diversos roles como mecanismo para permitirle afrontar diversos obstáculos de variada índole. Este periodo (vida universitaria) se toma mucho en consideración, ya que, es aquí donde se exige el adecuado uso de todas las competencias con las que cuenta el individuo. Requiriendo así, fundamentalmente de las capacidades cognitivas y emocionales, frente a estímulos externos que intentan perturbar su adecuado equilibrio de salud mental del individuo.

Por ello el desarrollo de la presente investigación toma como título: “*Resiliencia en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana*” en la cual, se toma interés el estudio y análisis de esta problemática en la vida universitaria de los estudiantes residentes evaluados. Teniendo como objetivo el funcionamiento de la capacidad llamada resiliencia, que conforma una herramienta trascendental para la salud psicoemocional del individuo, sirviendo también para el desarrollo de este, y su entorno social. Una problemática no solo individual, si no, de carácter íntegro social.

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. Descripción de la realidad problemática.**

Mediados del siglo XX, es la etapa donde la educación superior ha manifestado un mayor desarrollo –a nivel general– en todo el mundo, este acontecer tiene una relación considerable con el desarrollo político/económico que las distintas metrópolis experimentan. La educación superior es una respuesta al crecimiento industrial, transformándose así en un punto referencial para organizar la sociedad.

Así, los estudiantes se posicionarían como elementos primordiales para el desarrollo adecuado de la sociedad. En esta investigación nos enfocaremos por el estado de su salud mental (de los estudiantes); ya que, encargándose en ellos la responsabilidad del desarrollo de una sociedad, debe primar el óptimo desarrollo mental y físico del individuo.

El estudiante universitario, por las responsabilidades que lo ameritan en esta etapa de su vida, no está libre de afrontar situaciones de estrés que se presenten a modo de dificultades en el desarrollo de su vida. Convirtiéndose así, la universidad, en un lugar trascendental para el estudio de la problemática de la resiliencia, donde la interacción entre docentes, estudiantes y otros miembros de la comunidad universitaria hacen que converjan diversas situaciones aleatorias, presentándose como desafíos que el estudiante constantemente intenta resolverlos.

Los estudiantes universitarios, en su día a día, tienen que afrontar distintos tipos de situaciones y/o escenarios. Asumiendo a su vez, diversos roles para poder afrontar de forma adecuada la situación/desafío. Es de suma importancia el estudio del individuo en esta etapa de su desarrollo dentro del ámbito social, ya que es este contexto universitario donde se genera y exige un óptimo uso de sus



competencias emocionales y cognitivas, para afrontar y resolver los diversos problemas que se le puede presentar.

Los profesionales de la salud y educación, interactúan constantemente con personas o grupo de personas que residen en situaciones poco convenientes para un desarrollo ideal en lo referente a la calidad de su salud emocional y mental. Así mismo, podemos entender que una de las problemáticas para el desarrollo del individuo y del colectivo al que pertenece, es el grado del nivel de adaptación que posee en correspondencia con el contexto en el que se desempeña. Es importante el desarrollo de la adaptación del individuo, ya que, esto le permite acercarse y afianzarse más a sus objetivos personales. Empoderar u otorgar herramientas para una mejor adaptación del individuo a su entorno, es comprender la capacidad de resiliencia que este posee, y cuan beneficioso le resulta para que el estudiante pueda resolver las diferentes problemáticas que se le presenten y tenga que resolver.

#### **1.1.1. Realidad Internacional**

Según la ONU (HABITAT por un mejor futuro, 2017) informa que la perspectiva mundial del desarrollo está en constante cambio con nuevos factores económicos que emergen, nuevas aspiraciones, nuevas condiciones de satisfacción, nuevos elementos de comodidad o confort emocional son algunos de los nuevos requerimientos para obtener un grado coherente en función a la felicidad en los países más avanzados de la época. Para ello el individuo tiene que ser capaz de sobrellevar distintas situaciones, para así, tomar nuevas estrategias de afrontamiento a las dificultades que se le presenten.

Por su parte Ravikumar, U. en P.N.U.D. (2017) menciona que los diversos fenómenos naturales, políticos, económicos van en aumento, y no hay muestra alguna de descenso. Que es necesario tener las herramientas necesarias para poder afrontar de forma adecuada estos desafíos para cumplir correspondientemente con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Así

mismo, el autor indica que es necesaria la colaboración del sector privado para poder desarrollar de forma sostenible un proyecto de salud mental pública.

También, la UNFPA (2013) indica su colaboración con algunos países para organizar políticas y programas que se enfoquen en el desarrollo de empleo, salud, resiliencia, con la participación de la ciudadanía. Este organismo intenta crear condiciones adecuadas para que el individuo logre una calidad de vida ideal, tanto física como mental, otorgando herramientas u estrategias en cada individuo para que puedan adecuarse a una problemática aleatoria que se le presente.

El diario El País (2017), menciona que el concepto de resiliencia ya se encuentra dentro de los Acuerdos de París o La Convención Marco de Sendai para la Reducción de Riesgos de Desastre 2015-2030 o de los nuevos Objetivos del Desarrollo Sostenible. Es una problemática que está bajo el constante cuestionamiento de la academia científica, por su forma de presentarse en el desarrollo del individuo, que es parte necesaria para que una sociedad también logre su desarrollo

### **1.1.2. Realidad Nacional**

MINSA (2016) indica que la resiliencia no solo es necesaria para superar circunstancias traumáticas, también es fundamental en situaciones que pueden pertenecer a una situación de mayor complejidad para cada persona; esto puede afectarla en su salud emocional. Asimismo, la misma institución desarrolla más el concepto de resiliencia, comentando que cada quien tiene sus propios tiempos para conseguir recuperarse de las adversidades. Y que hablar de resiliencia es también tomar en cuenta conceptos como autoestima, flexibilidad, tolerancia a la frustración y sentido del humor.

Así mismo, el Ministerio de Salud menciona algunas conductas que fortalecen la resiliencia como: enfocarnos en que todo problema tiene una solución, y a partir de ello, dismantelar toda idea en referencia a una supuesta circunstancia o problemática que no pueda resolverse. Debemos enfocarnos en las circunstancias que nos permitan desarrollar nuestra salud emocional de forma idónea, como

individuos participantes de una sociedad ecuánime. Alejarnos del confort emocional común, generarnos responsabilidades. Lo importante no es eliminar las circunstancias negativas de nuestra vida; si no, desprendernos del peso innecesario de todo ese malestar de la psyche. Es importante generar en todas las personas independencia, no solo económica, sino también emocional, que es lo principal en esta investigación: el desarrollo adecuado de la salud mental y emocional de los estudiantes que pertenecen a una institución pública universitaria.

Velázquez Anibal en la participante de la 68° Asamblea Mundial de la Salud (2015) indica que el tema del debate general de la Asamblea se ha denominado “Construyendo sistemas de salud resilientes”. En dicha asamblea, se enfoca más en una propuesta institucional de resiliencia, factor principal para abordar esta problemática. Si no se cuenta con las instituciones, organismos adecuados para tratar o comprender este fenómeno, pues la condición del individuo ante estos factores se obstaculiza el desenvolvimiento adecuado de su salud mental y emocional. También esta asamblea representa la oportunidad que tiene el Perú para integrarse y cooperar en espacios de prevención de salud mental, pero un ámbito de mayor apertura internacional.

MIDIS (2016), mediante Cayetana Aljovín, hace mención de la importancia de articular con los diversos organismos gubernamentales para lograr un adecuado Desarrollo Infantil Temprano. Es importante el respaldo que se da desde la infancia, ya que la prevención desde esta etapa de la vida del desarrollo humano ayuda a facilitar u otorgar herramientas fundamentales para una adecuada consolidación de la salud emocional del individuo en un futuro. También señala que se ha puesto como principal problemática a resolver, no solo el desarrollo cognitivo en la infancia, sino también un desarrollo socioemocional en los infantes. Indica que el desarrollo socioemocional se ve inmiscuido en la familia. Relacionando el juego como elemento principal, en el desarrollo de la resiliencia y/o perseverancia, y así poder enfrentar de forma adecuada circunstancias críticas. Este otorgamiento de herramientas, actitudes en la infancia, ayudarán a que el individuo logre un mayor

desempeño en su vida escolar, concluyendo también en un adecuado desarrollo en aspectos relacionados a su función como individuo dentro de la sociedad.

### **1.1.3. Realidad Local**

Diario La República (2012) manifiesta que algunas personas se afectan menos que otras, ante situaciones duras. En el mismo artículo, se indica que las personas estamos sujetas a condiciones variadas, las cuales incluyen circunstancias negativas, como positivas. Depende de los recursos que posee el individuo para sobrellevar este tipo de condiciones, como son las de estímulos negativos que generen obstáculo en el adecuado desarrollo de la persona. Si se concreta una superación adecuada del individuo frente al inconveniente, estamos hablando del fenómeno de resiliencia.

Asimismo, el diario Perú21 (2012), en un artículo en referencia a la problemática de la Resiliencia Roxana Dubreuil, explora más sobre la problemática en estudio. Menciona que la resiliencia consiste en la capacidad de todo individuo para sobrellevar experiencias difíciles o situaciones donde las condiciones no sean las favorables. En el mismo artículo, la especialista Dubreuil; en un claro ejemplo, menciona la sobrevivencia de Victor Frankl al Holocausto. Es en los sucesos críticos, afirma la especialista, donde el individuo adopta una actitud determinada para hacer frente a las distintas problemáticas que se le presenta. Dubreuil, indica que la vivencia de un trauma no es sinónimo de estar condenado a una vida emocionalmente pobre para siempre. Todo individuo es capaz de superar las circunstancias negativas que se le presente, pero para ello es necesaria también, una consciencia de lo que se tiene que cambiar.

En la conferencia realizada en la Universidad de Lima (2013), Dina Figueroa Guzmán indica que la acción preventiva sobre la salubridad pública en niños adolescentes es necesaria para la consolidación del individuo dentro de su actividad social. En la actualidad a través de la asunción del término de resiliencia se busca enfocar las potencialidades y los recursos personales que posee el individuo. Así mismo, afirma que mediante la resiliencia la mayoría de personas no solo logran

sobrellevar las dificultades que se le presenten, sino que terminan reinterpretando la situación negativa para descubrir en ese proceso, habilidades y estrategias que aún no identificaban. Las crisis situacionales, estimulan a desarrollar nuevas estrategias para salir de la problemática. Por ello, la importancia de la prevención a temprana edad; ayuda a consolidar un desarrollo óptimo de la salud mental, muy necesaria en actividades académicas universitarias.

Así mismo, el Colegio Médico del Perú, a través de su Comité de Acción y Solidaridad Médica (CONAYS, 2016) sostiene que el apoyo psicosocial genera la restitución de la organización y estructura social, siendo a su vez un factor importante para ello también, el de la resiliencia. Además, precisa que la resiliencia son los recursos con los que cuenta una persona para recuperarse a las dificultades que se le presentan al individuo en su día a día de actividad social. De forma similar, la María Coronel, en el mismo artículo indica que la dirección de Salud Mental del Ministerio de Salud, brindó una serie de indicadores de la salud mental del país, mencionando la necesidad de la resiliencia y haciendo hincapié de que la mayoría de profesionales de la salud, alrededor de 281 psiquiatras, residen o desarrollan su trabajo en Lima y Callao. Demostrando el grado de interés necesario para estudiar la resiliencia en estudiantes residentes de una universidad pública en Lima metropolitana.

La residencia o vivienda universitaria, desde hace sesenta y ocho años, viene brindando domicilio, en su mayoría, a estudiantes que provienen de provincia con una condición económica poco estable. A estos estudiantes, previa evaluación sociodemográfica, con apoyo del área de asistencia social, se les brinda facilidades para que puedan desenvolverse de forma óptima en su desempeño académico, como: alojamiento, alimentación y otros servicios básicos necesarios para que puedan afrontar sus estudios sin ningún inconveniente.

La Residencia Universitaria posee dos sedes: la primera ubicada en la cuadra 11 de la Av. Grau y la segunda en el campus universitario, ambas ubicadas en el distrito de Cercado de Lima. Dichos espacios residen alrededor de 150 alumnos (45

mujeres y 105 hombres), previa evaluación a cargo de la oficina de Bienestar Universitario.

La organización de los estudiantes al interior de la residencia universitaria es fundamental para una convivencia concordante entre estudiantes. Esto es importante, ya que, dicha estancia no cuenta con personal de limpieza, muy aparte de los residentes que pertenecen a la Bolsa de Trabajo. Delegándose responsabilidades para generar y disponer de espacios limpios. Recordar que muchos de los residentes utilizan los espacios de la residencia para realizar diferentes actividades, no solo son lugares de descanso sino también desarrollan labores académicas al interior de dicho recinto. La organización dentro de la residencia viene ya desde años anteriores, es casi una tradición el organizarse para los alumnos.

Todos los años, todos los residentes se reúnen para la elección de sus nuevos representantes o delegados, quienes al asumir el cargo de representación deben velar por la organización de dicho establecimiento. Respecto al año académico 2018, los nuevos residentes se alojarán en las nuevas infraestructuras mejoradas del pabellón B, para beneficio de los estudiantes, en la ciudad universitaria. La mejora consiste en el mejoramiento de todos los niveles de dicho pabellón, que también incluye una renovación del sistema de saneamiento. Generando así de forma organizada un total de 30 habitaciones respecto a cada nivel.

En un boletín informativo de dicha institución (2017) se indica que cada habitación cuenta con una cama y colchón nuevos, una mesa de noche, un escritorio, una repisa empotrada, un closet de dos cuerpos, un estante de madera que cumple la función de librero y materiales que ayuden en el ámbito académico al estudiante. Así mismo, en el mismo boletín, menciona que los usuarios de estos servicios son universitarios que acceden a las becas que otorga el programa Beca de Vivienda, todo esto después de pasar por un proceso de evaluación socioeconómica, y sobre todo académica. Dicha evaluación la dirige los trabajadores de las Unidades de Bienestar de cada facultad y de la Oficina de

Servicio Social de la Oficina General de Bienestar Universitario (OGBU) para regir el cumplimiento del reglamento de Beca Vivienda (Resolución Rectoral N.º 03740-R-16).

## **1.2. Formulación del problema**

### **Problema General**

¿Cuál es el nivel de **Resiliencia** en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana?

### **Problemas Específicos**

¿Cuál es el nivel de **Confianza y sentirse bien sólo** en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana?

¿Cuál es el nivel de **Perseverancia** en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana?

¿Cuál es el nivel de **Ecuanimidad** en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana?

¿Cuál es el nivel de **Aceptación de uno mismo** en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana?

## **1.3. Objetivos**

### **General**

Determinar el nivel de **Resiliencia** en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana

### **Específicos**

Determinar el nivel de **Confianza y sentirse bien solo** en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana.

Determinar el nivel de **Perseverancia** en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana.

Determinar el nivel de **Ecuanimidad** en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana.

Determinar el nivel de **Aceptación de uno mismo** en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana.

#### **1.4. Justificación e importancia de la investigación**

El presente trabajo de investigación es desarrollado con el objetivo de comprender el fenómeno de la Resiliencia en estudiantes residentes de una universidad pública. Esto nos permitirá poder explicar los diversos factores de riesgos que se hallan presente en el entorno social del individuo. Así mismo, también nos ayudará a determinar si dichos individuos, poseen capacidades para transformar situaciones negativas en estímulos resilientes para poder salir adelante, y tener un futuro óptimo con una adecuada calidad de vida emocional, psíquica y física.

La investigación ubica el estudio en una población poca explorada por el ámbito científico, para que así, en posteriores estudios ayude a identificar preventivamente cualquier inconveniente que pueda obstaculizar el adecuado desarrollo académico del estudiante residente. Pereira (2007), indica que la dinámica de la resiliencia, se desarrolla en todo momento, se argumenta en la interacción entre la persona y su contexto o entorno. Este entorno incluye a la familia como el medio social; en este caso, tomaremos la universidad como el medio inmediato en el cual interactúa el estudiante. Afirmando que la resiliencia se presenta como el equilibrio entre factores de riesgo (o situaciones negativas), factores protectores y disposición de cada individuo.

En el ámbito social, la presente investigación permitirá brindar información a Instituciones Educativas Universitarias y fomentar la prevención en dicha población donde se presenten situaciones similares a la que aquí se plantea, de tal manera,



que se puedan tomar las medidas necesarias para lograr la solución de problemas presentados en contextos similares al que se toma en cuenta para esta investigación.

Rutter (1992), indica que todo individuo está vinculado a situaciones particulares de riesgo, como: problemas económicos, divorcio de padres, desastres naturales, cambios inmediatos de entorno, etc. Por estos factores identificados, es necesario el desarrollo de esta investigación para lograr afianzar y facilitar las herramientas adecuadas al individuo que convive con una o varias situaciones negativas dentro de su proceso académico universitario.

Finalmente, esta investigación es importante porque pretende entender la problemática del estudiante universitario residente en la universidad y su capacidad de poder hacer frente a los inconvenientes que se le presenten en su día a día, también es preciso indicar, la capacidad que tiene todo individuo de poder generar esta habilidad, que será una herramienta fundamental para que la persona pueda puedan alcanzar sus objetivos o metas trazadas, superando los obstáculos que surjan en las distintas etapas del desarrollo de su vida.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes**

##### **2.1.1. Internacional**

Artuch Garde (2014), realiza un estudio que toma en consideración tres variables; la de *resiliencia*, la *exclusión social* y la autorregulación. Todas estas variables llegan a influenciar la conducta del individuo frente a un síntoma de estrés en contextos académicos. Analizando para ello una población de 365 alumnos universitarios de una universidad española, se le aplicó un cuestionario reducido de autorregulación y la escala de Resiliencia CD-RISC. En dicha investigación, se realizó el análisis descriptivo, de asociación y MANOVAS, esto con el fin de corroborar el perfil resiliente y de estrategias de autorregulación ante el estrés de los estudiantes. Hallando como resultados una puntuación media-alta en la variable de resiliencia. Resaltando la relación significativa entre las variables de resiliencia y autorregulación. Los resultados nos brindan una clara evidencia en referencia a la interacción de estas dos variables, ofreciéndonos información, como influencia del género y del contexto sobre algunos indicadores (tenacidad, autoinstrucciones, firmeza, espiritualidad, entre otros) de dichas variables.

Así mismo, Yeager y Dweck (2013), realizaron un estudio con el objetivo de la promoción de la resiliencia, tomando en cuenta las características personales que pueden ser desarrolladas en cada individuo. Considerando que la resiliencia es esencial para un desenvolvimiento óptimo en el ámbito académico y la vida. La investigación mencionada, nos muestra el impacto de la mentalidad de los estudiantes sobre su capacidad de recomponerse frente a situaciones/desafíos ocurridas en el ámbito académico, como el social. Demostraron que los estudiantes que asumen que las habilidades intelectuales o cognitivas, son cualidades que se pueden desarrollar, tienen una mayor predilección a mostrar mayor rendimiento en situaciones críticas de ámbito académico. La investigación concluye, en creer que los atributos sociales se pueden desarrollar, logrando así una disminución de la

agresión o exclusión entre pares, que generará un mayor progreso del rendimiento escolar. Para ello, en dicha investigación, se pone énfasis primordial en las intervenciones psicológicas que harán que se realice un cambio en la mentalidad de los estudiantes, y así ellos generar resiliencia en entorno no solo a su vida académica, si no, también otros entornos sociales.

González- Arratia, N. et al. (2013) ahondan en el estudio de la variable de la resiliencia, generando una investigación de tipo descriptiva correlacional, que logra establecer la presencia de diferencias estadísticas significativas en los factores que residen en la resiliencia según variables: edad, carrera, etc., mediante la aplicación del Cuestionario de Resiliencia de González Arratia (2011). Dicha investigación se aplicó a una muestra de 607 participantes con una organización conformada en cuatro grupos de edad: niños, adolescentes, adultos jóvenes y adultos medios, conformado por hombres y mujeres que residen en la ciudad de Toluca. Se generaron resultados mediante los análisis factoriales de exploración para cada estrato de edad, esto indicó una organización de tres factores que van variando en cada grupo. Esto indica que las dimensiones respectivas de la resiliencia tienen diversos patrones dependiendo de la edad. A la par, se manifiesta diferencias significativas entre ambos géneros. Generando resultados que manifiestan que la edad, constituye una variable diferenciadora dentro de los factores de: Introspección, iniciativa, independencia y pensamiento crítico. A su vez, se halló evidencia en los factores de Introspección, Iniciativa e independencia con resultados significativamente altos en estudiantes de cuarto año; y el grupo de mayor preponderancia en edad (22-29) asume puntuaciones significativamente más altas en el factor Independencia, en comparación a sus pares con una edad menor a la del grupo mencionado.

Cejudo, López-Delgado y Rubio (2016) aportan con su estudio, evidencias sobre la relación entre Inteligencia Emocional, Resiliencia y Satisfacción con la vida. Para ello, analizaron una población de 432 estudiantes pertenecientes a una universidad española. Con la presencia de un rango de edad que va entre los 17 a 59 años: una media de 21,77 (DT = 5,12). Respecto a la variable de resiliencia (de

nuestro interés) se usó la escala de Resiliencia de Wagnild y Young, en consideración a las otras dos variables en estudio se evaluaron mediante la aplicación de las pruebas de *Trait Meta-Mood Scale-24* y la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener, Larse y Griffin. Hallándose relaciones significativas y positivas en referencia a la relación entre las variables de satisfacción con la vida y la resiliencia. Revelando que los individuos con un nivel alto de resiliencia presentan a su vez también puntajes altos o incluso más elevados en satisfacción con la vida. Así mismo, esta investigación también nos proporciona información respecto a las otras variables, muy sujetas a la predisposición del evaluado o cuan desarrollada este presente el desarrollo de la resiliencia en las actitudes del mismo. Indicando que a través de un análisis de regresión se muestra una asociación positiva entre la satisfacción con la vida, la resiliencia y la reparación emocional.

Beguerí, Klenzi y Malberti (2014) en su investigación de título “Determinación de factores resilientes en los alumnos universitarios”, brindan los resultados de la dinámica de graduar la capacidad de resiliencia en alumnos universitarios mediante el constructo otorgado por Wagnild y Young. Se tomaron en consideración, los resultados del factor resiliencia: escasa, moderada y mayor. Aplicando la prueba a 50 alumnos de educación superior, donde se realizó un procesamiento y un análisis multivariante, permitiéndonos encontrar 9 factores (capacidad de relacionarse, sentirse bien solo, satisfacción personal, introspección, independencia, perseverancia, iniciativa, autoestima y capacidad de relacionarse) que describen la capacidad de resiliencia que poseen los alumnos. Obteniendo como resultado, un adecuado modelado a partir de las tareas de segmentación que se presentan como una buena aproximación de los resultados alcanzados en referencia al estudio de resiliencia y la adaptación de dicha investigación.

Caldera Montes, Aceves Lupercio y Reynoso González (2016), identifican el nivel de resiliencia en estudiantes universitarios de una institución educativa superior del estado de Jalisco. La muestra estuvo conformada por 141 estudiantes, de los cuales el 47% fueron hombre y el 53%, mujeres. Todos ellos, alumnos de los últimos semestres de las carreras de Derecho (36), Negocios Internacionales (32),

Medicina Humana (43) y Psicología (30). Con una media de edad de 20,69 (DE=2,42), con rango de 19 a 35 años. En dicho estudio, para analizar la variable de nuestro interés se usó la Escala de Resiliencia por Wagnild y Young adaptada y traducida por Heilemann, lee y Kury (2003). Esta prueba está constituida de 25 preguntas con respuestas de tipo lickert. Los resultados de esta investigación, nos manifiesta que existe una presencia de niveles altos de resiliencia en la mayoría de los estudiantes universitarios. Analizando la relación entre los niveles de resiliencia y la carrera a optar por el estudiante, no se encontró diferencia estadística significativa entre ellas. Al enfocarse tan solo en la cuestión de sexo en los niveles de resiliencia, se obtuvo una tendencia por parte de las mujeres al obtener un puntaje significativamente más alto. Por último, se abordó también la relación de los niveles de resiliencia y la edad de los evaluados; no se halló relación significativa en dicho análisis.

### **2.1.2. Nacional**

Aquino Guillen (2017), nos muestra en su investigación si existe relación entre la adaptación a la vida universitaria y los factores correspondientes a la resiliencia, para ello, tomando en cuenta una población de 122 becarios universitarios con una condición socio-económica de pobreza o pobreza extrema. En dicha investigación se enfoca en describir diferencias entre las variables estudiadas, en referencia a sus características sociodemográficas. En esta publicación se emplearon dos cuestionarios: Cuestionario de vivencias académicas (QVA-r) y la Escala de resiliencia para adultos (RSA). En el estudio de Aquino, se obtiene resultado de una relación directa entre todos los factores de adaptación y la resiliencia total, obteniendo rangos altos en el área personal ( $r = .64$ ;  $p < .001$ ) y estudio ( $r = .57$ ;  $p < .001$ ). Así mismo, se considera haber nacido fuera de Lima, nacer en la región sierra, trasladarse a Lima para estudiar y vivir solo, son factores desfavorables para la relación de las variables en estudio. Los resultados obtenidos en dicha investigación son debatidos en referencia a su implicación para la detección y, sobre todo, prevención temprana de alguna dificultad en cuanto a la

adaptación a la vida universitaria, en base al uso y el desarrollo adecuado de características de resiliencia.

Ponte Azañero (2017) realiza una investigación correlacional entre adaptación a la vida universitaria y la resiliencia en estudiantes universitario de una universidad de Trujillo. En dicha investigación, Ponte evalúa una población de 133 estudiantes, entre varones y mujeres, de 17 a 19 años de los primeros ciclos de la carrera profesional de psicología. Se emplearon: el Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA – R) y la Escala de RESILIENCIA Para Adolescentes (ERA). Obteniendo como resultados, en referencia a la problemática en estudio, un nivel medio de resiliencia a nivel general, de la misma manera en sus dimensiones, teniendo como porcentajes que van entre 37.6% y 49.6%. Asimismo, en el análisis relacional, se halló una correlación muy significativa en grado medio entre las dos variables de estudio de dicha investigación. Respecto a la resiliencia se halla predominancia en nivel medio representado por el 39.8% de estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo, seguido del 33.1% de nivel bajo, y el 27.2% que presenta nivel alto.

Pizarro Cherre, E. (2017) desarrolla una investigación en la cual tiene como objetivo identificar las relaciones entre las variables de resiliencia y el rendimiento académico. El estudio se realizó con una muestra de 103 estudiantes del ciclo ordinario del CEPREUNMSM de la sede Huaral. Para medir la resiliencia se tomó en consideración la Escala de Wagnild y Young, encontrando una resiliencia en la categoría de positiva, que nos permitió presenciar una ligera diferencia en la variable de género (mujer) en las dimensiones: satisfacción personal, sentirse bien solo, confianza en sí mismo y la perseverancia. En el análisis correlacional se demostró coeficientes significativos entre las variables estudiadas de dicha investigación. Se encontró, también, relación entre Resiliencia y el Rendimiento académico, resaltan estas dos variables en el desarrollo de aprendizaje en los estudiantes evaluados.

Castilla Cabello y Cía. (2013) desarrolla una investigación de Validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia en una muestra de estudiantes y adultos de la ciudad de Lima. Donde se describe a partir de un estudio psicométrico de la

Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young (1993). Dicho estudio se administró a una población de 427 participantes, de los cuales 263 (61.6%) fueron varones y 164 (38.4%) fueron mujeres, con edades correspondidas entre los 11 a 42 años. En dicho análisis de correlación se halló puntajes significativos ( $p < .001$ ) para cada uno de los reactivos, confirmando así, que cada reactivo es un indicador perteneciente al constructo de estudio de esta investigación. De esta forma se obtiene la validación del constructo, mediante el análisis factorial realizado en la investigación, donde se extraen cuatro factores a través de la rotación ortogonal y el análisis de componentes principales.

Velásquez-Acosta, P. (2017) en su estudio respecto a la medida de la resiliencia en estudiantes universitarios de primer de la facultad de ciencias empresariales de la Universidad Alas Peruanas, busca determinar qué niveles de resiliencia llegan a desarrollar los estudiantes universitarios. Para ello realiza una investigación de corte cuantitativa, usando una escala de tipo Lickert en una población de 525 estudiantes universitarios. La prueba utilizada para dicha investigación fue la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993). Dicha prueba consta de 25 reactivos en los cuales la persona debe identificarse dependiendo el grado de aprobación o desaprobación, conformada por dos factores: Competencia persona y aceptación de uno mismo y la vida. Obteniendo como resultados un nivel promedio de resiliencia en el 74.1% del total de la población evaluada, seguido de un 23% que se encuentran ya en un nivel alto y tan solo un 2.9% de nivel bajo. Concluyendo, de que no existen niveles bajo de resiliencia en más de la mitad de los alumnos evaluados de dicha casa de estudio.

Asimismo, Cáceres Bautista, I. y Ccorpuna, R. (2015), desarrolla una investigación respecto a la resiliencia y otras variables de tipo descriptivo, correlacional y de corte transversal. Se realizó el estudio con una población de 134 estudiantes de la Facultad de Enfermería UNSA entre varones y mujeres de los primeros años de estudio. Se usó la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) que incluye 25 reactivos con 7 alternativas de tipo Lickert, evaluando cinco dimensiones: ecuanimidad, perseverancia, confianza en sí mismo, satisfacción

personal y sentirse bien solo. Obteniendo como resultados una resiliencia media en la mayoría de la población evaluada (73.1%). Concluyendo que los estudiantes resilientes están vulnerados por situaciones negativas o agentes estresores. Además, en dicha investigación, se muestra que los estudiantes que presentan resiliencia baja (33.3%), consideran como un agente estresor alto la competencia que se da entre compañeros. Y a la vez, muestra que los que presentan resiliencia baja (77.8%) consideran como agente estresor alto a la sobrecarga de tareas y trabajos con un 77.8%. Concluyendo así, que casi las tres partes de la población en estudio se encuentra en un nivel medio de resiliencia (73.1%).

## **2.2. Bases teóricas**

Debido a que su estudio recién se encuentra en un proceso de iniciación, se apertura varias interrogantes, y a partir de ellos, también se generan las primeras percepciones que intentan resolver o indagar más en la problemática de la resiliencia. García-Vesga y Domínguez-De la Ossa (2013), indican que el estudio no aislado de esta problemática, es fundamental; como tener en cuenta de cómo está constituida la personalidad del individuo que sabe salir de situaciones críticas, o individuo resiliente. La personalidad toma un valor primordial para la comprensión de la resiliencia. También el temperamento se posiciona como fuente inmediata de relación de la resiliencia para su estudio y desarrollo científico. Oros (2009) indica que el generar las emociones positivas, también es un recurso primordial en la resiliencia. Para ello, es importante enfocar algunos puntos teóricos que nos ayudan a comprender la variable en estudio.

### **2.2.1. Factores de protección y de riesgo**

Para poder comprender de forma más precisa el concepto de Resiliencia, se esbozarán dos consideraciones que parecieran representar los extremos en los cuales el individuo se encuentra, pero en realidad, no es más que el pendular aleatorio de circunstancias en la que se adscribe el desarrollo del estudiante.



**a) Factores de riesgo:**

Borbarán et al. (2005), manifiestan que los factores de riesgo se desarrollan en la enfermedad, síntoma o característica similar que vulnera al individuo en su condición biológica, psicológica e incluso social. Este enfoque relacionado más a los estímulos negativos que conviven con el individuo o, en otros términos, estímulos a lo que se tiene que enfrentar para poder resolver su problemática (situación crítica) en el cual se encuentra. Asimismo, Polo, C. (2009) nos habla de factores de riesgo, indicando la probabilidad de que puedan ser acciones tanto pasivas o activas, todas ellas involucrando la vulnerabilidad del bienestar del individuo. Todo esto, se podría resumir como aspectos no pertenecientes al individuo que obstaculizan el desarrollo adecuado este.

**b) Factores de protección:**

Borbarán et al. (2005), indican que los factores de protección hacen constatar la existencia de recursos favorables para el individuo, estos recursos permiten enfrentar las situaciones críticas o negativas, transformándolas en factores de superación para beneficio del desarrollo del individuo. Polo, C. (2009) menciona que los factores protectores, son las condiciones capaces de brindar soporte al desarrollo del individuo o grupos. En la mayoría de casos estos factores permiten reducir las condiciones críticas en las cual se presente la circunstancia negativa.

Para una mayor comprensión de estos enfoques se toma en consideración la ejemplificación realizada por Polo, C., para los aspectos individuales:

PROTECTORES	DE RIESGO
Alta Autoestima	Baja Autoestima
Seguridad en sí mismo	Inseguridad
Facilidad para comunicarse	Dificultad para comunicarse
Empatía	Incapacidad de ponerse en el lugar del otro
Locus de control interno	Locus de control externo
Optimismo	Pesimismo
Fortaleza personal	inseguridad
Afrontamiento positivo	Afrontamiento evitativo
Resolución de problemas	Dificultad para resolución de conflictos
Autonomía	Dependencia
Competencia cognitiva	Déficit de habilidades sociales
Demostración de sus emociones	Introvertido

**Nota: cuadro N° 1 organizada por Polo, C. (2009)**

Para Munist et al. (1998) Los factores de protección, se pueden distinguir de los factores externos (aquellos sucesos que no dependen del individuo), donde los primeros son factores que ocurren para reducir la posibilidad de desequilibrio emocional en la persona. Además, se tiene en cuenta que no todos los factores externos son nocivos para la salud psicológica del individuo, tenemos algunos que nos ayudan a reducir esa nocividad como probabilidad: la familia (contar con el apoyo de los padres), la integración empática en el trabajo o centro de estudios, entre otros. También indica que los factores internos, son específicamente esos atributos que posee la propia persona, claros ejemplos son: introspección, la estima por uno mismo, confianza, empatía, etc. Estos recursos son parte del repertorio del individuo, para hacer frente a cualquier situación que se le presente, sea dañina o beneficiosa.

Asimismo, Saavedra y Villalta (2008), mencionan que, dentro de los llamados factores de riesgo, también podemos identificar la presencia de las problemáticas

biológicas y medioambientales. Los primeros respondiendo al estudio de los defectos congénitos, como consumo de sustancias perniciosas para la salud, ausencia de educación sexual, etc. Y en segundo lugar los factores medioambientales donde se ubica: la pobreza, ausencia de armonía familiar, baja instrucción académica, violencia familiar, entre otros.

Al respecto Villalobos (2005) desarrolla un poco más la problemática de factores protectores y de riesgo, en los cuales está implicada la resiliencia. Manifestando que existe una división de estudio, los mencionados en primer lugar se enfocan en el estudio de los factores personales en base a una conducta resiliente, como lo es: la autoestima y la autonomía del individuo. Para después proseguir en el estudio de los factores externos del individuo, como el nivel socioeconómico y la estructura familiar. Posicionándose en el modelo tríadico de la resiliencia, el cual consiste en organizar los factores protectores y de riesgo en tres divisiones: personales, los que pertenecen al contexto familiar y, por último, los factores que provienen de contextos sociales donde reside el individuo.

### **2.2.2. Personalista**

Este enfoque o teoría surge por tratar de relacionar la problemática de forma directa con el individuo o la persona, de clara influencia de la corriente filosófica del Personalismo, que surge en Europa otorgando el punto referencial a la persona, ya que el individuo es un ser estrictamente social y comunitario, y a la vez, un ser con libre albedrío. La preocupación recae totalmente sobre el estudio minucioso de la persona, generándonos una propuesta o estudio más antropocéntrica.

Esta teoría toma como base a la genética del individuo, al observar en distintas circunstancias poco favorables, existían personas que sobrellevaban la situación, hallando nuevas formas o medios para poder resolver el problema. Luthar (2006) indica que la resiliencia podría definirse como un proceso dinamizado, pero estrictamente de estructura evolutiva, teniendo en cuenta que el individuo tenga las capacidades necesarias que le sirvan para adaptarse y resolver la problemática que se le presente. Concluye, a partir de estos estudios enfocados exclusivamente en

el individuo, que se va generando toda una problemática de nuevos estudios como lo son: el ahondar de las características propias de cada individuo en relación a su percepción de sí mismo, su identidad y creencias. La teoría genética parte de asumir la existencia de un prototipo de personas invulnerables. Así lo plantea Gómez (2010) que indica que este tipo de personas ‘invulnerables’ no son afectadas por las situaciones estresantes, o lo son en menor medida que el común denominador. A estas personas se le otorga ciertas características genéticas como lucidez cognitiva, temperamento templado al momento de afrontar las diferentes problemáticas que su medio le puede generar de forma aleatoria.

Por ello, desde esta plataforma que es la teoría personalista, la resiliencia es una capacidad intrínseca al individuo, un recurso innato que se va desarrollando según las circunstancias de estrés lo ameriten, así la resiliencia se convierte en una cualidad inherente para el individuo.

Gil (2010) propone una definición respecto a la resiliencia, en la cual se enfoca en que la resiliencia es un factor de la personalidad, que es la capacidad que posee el individuo para poder adaptarse a la circunstancia que se le dispone. Esta definición es apoyada por Wagnild y Young (1993). En Gil (2010), el autor manifiesta que la resiliencia consiste en una cualidad positiva propia del individuo que le facilita su adaptación a una circunstancia poco favorable para su desarrollo. Asimismo, Ospina (2007) indica que la resiliencia es la condición personal que asiste al sujeto como una característica innata presente en él. Esto en beneficio del individuo para ser una herramienta que le permita adaptarse, resolver y salir satisfactoriamente de una circunstancia adversa o situación estrés. Luthar et al. (2000) manifiesta que la teoría personalista concluye muy afín a la teoría de la psicopatología evolutiva, que define a la resiliencia como un proceso dinamizado de cuestión estrictamente evolutiva.

### **2.2.3. Sistémica**

Los investigadores fueron dándose cuenta de que la resiliencia no era un factor único a estudiar, necesariamente esta variable está comprometida con otras,

dependiendo también del análisis del contexto o situación en la que se presente el individuo. Por ello, García-Vesga y Domínguez-De la Ossa (2013), refieren que el aspecto cognitivo es un claro ejemplo de esta relación nombrada, que nos dicen que a mayor capacidad cognitiva existe mayor prevención al fracaso académico, por ello se consolidan características ante las frustraciones y no sólo en el ámbito académico, sino también en el desarrollo de la vida social del individuo. Asimismo, las autoras indican que existe una dinámica entre la Resiliencia y los factores de riesgo, desplazando ese foco de interés de estudio; que antes solo se resumía al estudio netamente del individuo. Ahora el interés científico se va extendiendo hacia los factores externos y su dinámica con el individuo.

Por ello Henderson (2006) da una definición respecto a la resiliencia, manifestando que es un proceso estrictamente dinámico, que abarca los factores externos como internos; la interacción de la persona con el contexto estresante. De este intercambio, entre individuo y situación, se desarrolla una adaptación positiva, si es que el individuo logra resolver la problemática, dándole opción a desarrollar aspectos personales como autoestima, confianza en sí mismo, entre otros. Es importante la superación y resolución del momento crítico, ya que esto demostraría capacidad que posee el individuo para superar situaciones adversas o de amenaza que comprometan el desarrollo ideal de su salud física y psíquica.

Se debe considerar que el objetivo ya no es identificar los distintos factores como de protección o de riesgo, si no, profundizar en los diversos procesos que intervienen en esta cuestión genética y contexto (ambiente) del individuo. García-Vesga y Domínguez-De la Ossa (2013), concluyen la construcción de un desarrollo teórico de la Resiliencia que se generan a partir de la articulación de características propias del individuo relacionadas a aspectos como identidad, creencias, entre otros. Una dinamización constante del individuo con su contexto inmediato. Maturana y Valera (1984) manifiestan que el habla o el acto de conversar es vital para el individuo, eso genera espacios vitales donde pueda desarrollarse adecuadamente, y esos espacios vitales, son lo que se determina como cultura. A la vez que Clark (1999) desde un enfoque cognitivista, dice que los individuos somos

los que moldeamos nuestro contexto, y no viceversa. El hombre crea entornos de diseño a partir del razonamiento humano que logra superar al cerebro mientras interactúa con su contexto crítico o plácido.

Siebert (2007) manifiesta que, desde un punto de vista sistémico, la problemática de la resiliencia puede conocerse como una habilidad que surge a partir de la dinamización entre el individuo y su medio. Concluyendo que, de esta relación positiva con el ambiente, depende mucho el desarrollo de la autoestima del individuo. Así da cuenta de la importancia de la dinámica entre individuo y ambiente, entre los cuales tenemos: la familia, el centro de estudios, el trabajo, entre otros.

#### **2.2.4. Ecológica de Bronfenbrenner**

Torrico et al. (2002), indican que el postulado principal de Bronfenbrenner, se basa en enfocar las situaciones naturales como principal influencia en la conducta humana. El mayor aporte realizado por Bronfenbrenner, no consiste tan solo en el estudio del ambiente o espacio en el que se desarrolla el individuo; si no, en el postulado de considerar el ambiente 'ecológico' que circunda y organiza al sujeto. Para Bronfenbrenner (1987), considera el desarrollo del individuo como una serie progresiva de adaptación entre un individuo activo y su medio o situación inmediata, considerar que ambos factores están en constante variación, son cambiantes. Este proceso va influenciándose por las interacciones que se establecen entre estos entornos: microsistema, mesosistema y exosistema. El autor citado, desarrolla este aspecto de la siguiente manera:

- a) Microsistema:** Se considera como el entorno o nivel más cercano al individuo, aquí se consideran el comportamiento, el rol que asume el individuo y las relaciones con los contextos o situaciones cotidianas en donde se organiza el individuo.
- b) Mesosistema:** Se entiende las interrelaciones de los diversos entornos (dos o más) en los que el individuo está desarrollándose constante y activamente. Los entornos en mención podrían ser: la familia, el colegio, la universidad, centros de trabajo y vida social. Representando la

interacción de los diferentes espacios en las cuales pertenece el sujeto. También se le considera como un sistema que alberga dentro de sí otros microsistemas. La amplitud del mesosistema, depende de la persona y la actividad que tiene esta con su entorno.

- c) **Exosistema:** Es el entorno o entornos que no inmiscuye al individuo en su rol de participación activa, pero que de todas formas lo ocurrido en este medio llega a afectar o influenciar en el individuo. En este entorno el individuo no participa de manera directa, pero los hechos producidos en el exosistema llegan a afectar o intervenir en el ideal funcionamiento del medio o situación de la persona.
- d) **Macrosistema:** Este entorno engloba a todos los anteriores, y se logra representar porque representa los factores comprometidos a la cultura correspondiente a la que pertenece o en el que se desarrolla el individuo.

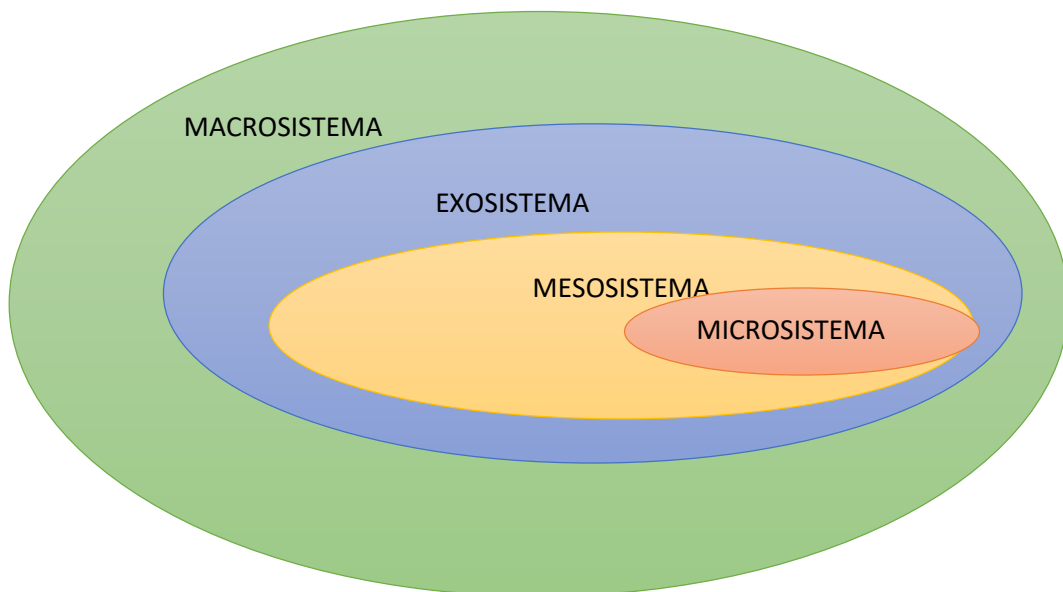


Figura N° 1 Sistemas ecológicos de Bronfenbrenner (1987).

## **2.3. Definiciones Conceptuales**

Este apartado de la investigación nos permitirá generar una mayor ubicación dentro de la problemática en estudio: la resiliencia. No solo su definición general, si no, también enfocándonos en las diversas dimensiones que surgen a partir de la interacción de los evaluados con su entorno. Asimismo, ayudará a comprender mejor como se desarrolla esta problemática y de qué forma se desenvuelve para afrontar una situación que le exija renovar o transformar sus propios recursos personales.

### **2.3.1. Resiliencia**

La palabra resiliencia (RAE, 2016) se origina del idioma latín y del vocablo *resiliens*, que significa 'saltar hacia atrás'. Este concepto llega a incorporarse dentro de las ciencias sociales y fundamentalmente, en las ciencias de la salud muy tempranamente, como término científico de estudio es relativamente reciente. D'Alessio (2007) indica que el término resiliencia, en sus inicios, fue definido como la habilidad que posee el individuo, expuesto a factores biológicos de riesgo situaciones estresante, para desarrollar una adaptación adecuada. Asimismo, la resiliencia también comprende en desarrollar la habilidad de continuar con niveles mínimos de susceptibilidad ante futuros agentes estresores.

Michael Rutter (1993), uno de los grandes investigadores de esta problemática, ya que, también acuñó este concepto, el de la resiliencia dentro de las ciencias sociales ya por el año 1972. Teniendo en cuenta que era una época en pleno post reconstrucción/recuperación producto de los cambios geopolíticos sociales. Donde se incluye el aspecto de vulnerabilidad producto de estos cambios a nivel mundial. Así manifiesta las principales razones de ella:

- La invulnerabilidad se asume como una resistencia total al daño o factor desequilibrante.
- La resiliencia, como característica, se manifiesta en la circunstancia de riesgo.



- Es una característica intrínseca, que posee el sujeto.
- Se da a sugerir que la resiliencia es una característica que llega a consolidarse en el transcurso del desarrollo del individuo.

También encontramos que en ADDIMA (2013) curso de Resiliencia Aplicada, se explora un poco más los estudios de Rutter, en referencia a la resiliencia; primero al término vulnerabilidad y posteriormente al estudio directo de la resiliencia.

En dicho curso se expone que Rutter basó su estudio de resiliencia en base a tres aspectos fundamentales:

- Se enfoca en recopilación de datos, en referencia a las diferencias individuales entre situaciones de riesgo.
- La mayoría de estudios se desarrollaron a partir del estudio del temperamento.
- Las posibilidades de resolver las situaciones de vida, al momento de enfrentarlas.

Afirmando así, que para Rutter (1993), la resiliencia es comprendida como una variación individual en la manera de como las personas afrontan a distintas situaciones de riesgos a lo largo del desarrollo de su vida. Teniendo en cuenta que, para dicho autor, los factores de individuos resilientes existen tanto de forma intrínseca como extrínseca, eso quiere decir que depende mucho tanto del individuo mismo como del contexto ambiental.

Observamos también, que para Garmezy y Masten, A. (1994) la problemática de la resiliencia se enfoca en el: procesamiento y/o capacidad que posee el individuo para poder adaptarse exitosamente frente a una circunstancia amenazadora. Asimismo, indica que la resiliencia significa poseer habilidades, conocimientos, destrezas que se van almacenando en el individuo y que posteriormente son utilizadas como recurso principal para poder afrontar momentos críticos o contextos poco accesibles para el individuo. La resiliencia se va

convirtiéndose en una especie de almacén de fortalezas o destrezas que el individuo posteriormente tomará en cuenta de forma natural.

Otra de las definiciones a tomar en cuenta es la de Grotberg (1995) que manifiesta que la resiliencia es una capacidad medular, ya que la resiliencia nos ayuda a superar esas situaciones adversas en la que el individuo se ve envuelto constantemente dentro de su rutina de hombre social. Se tiene en cuenta que estos sucesos críticos, ocurren no necesariamente dentro del circuito familiar, sino también en otros contextos donde uno se desenvuelve con sus pares, la universidad, el trabajo, el colegio, etc.

Cyrułnik, B. (2001) manifiesta que la resiliencia siempre estará de forma presente en este concepto de darle sentido a nuestras vidas. Mientras exista un objetivo claro, la resiliencia también se hará presente. También afirma que la resiliencia está basada en la construcción de relaciones con el otro, una especie de vinculación en red. El contexto primario de esta construcción está en el hogar, en las herramientas emocionales que nos brindan nuestros padres para que generen seguridad en nosotros, o las bases de una salud emocional consolidada. También afirma que esta red u organización del medio en donde habita el individuo dirige el rasgo de estabilidad de la persona, pero a su vez, depende mucho de los conceptos del individuo que se haya hecho sobre sí mismo, frente a la sociedad y sus nuevos conceptos. Así se manifiesta de forma explícita esta interacción constante entre factores internos frente a los intrínsecos, todo este amalgama o interacción de factores hace que la persona esté en constante cambio, vulnerabilidad, y que la persona tiene que aprender a crear sus propios recursos para poder adaptarse al medio crítico que se le presente.

Para Infante (2005), el fenómeno de la resiliencia nos conduce a entender como los niños, jóvenes y personas adultas tienen los atributos necesarios para sobrevivir y sobrellevar situaciones críticas o adversas a pesar de vivir en contextos no adecuado o que obstaculicen su afrontamiento a la problemática. Dichos contextos pueden ser: baja condición económica, violencia intrafamiliar entre otros.

García-Vesga, M. y Domínguez de la Ossa, E. (2013) acercan un poco más la definición de resiliencia al proceso de intervención psicosocial, indicando que este fenómeno promueve que el individuo involucre procesos no previstos para adecuarse a su ambiente social, en este caso académico, para que pueda existir una mejora en su calidad de vida. Las autoras, de dicha investigación, resumen las definiciones de Resiliencia en cuatro puntos importantes:

1)	Aquellas que se relacionan al fenómeno con el componente de adaptabilidad.
2)	Las que incluyen el concepto de capacidad o habilidad.
3)	Las que enfatizan en la conjunción de factores internos y externos.
4)	Las que definen Resiliencia como adaptación y también como proceso.

**Nota: cuadro N° 2 Organizada por García Vesga, M. y Domínguez de la Ossa, E. (2013)**

Se resalta que la problemática de la resiliencia es en realidad un suceso ordinario dentro del quehacer diario del individuo, no un suceso extraordinario, Carretero Bermejo (2010). Se percibe la definición de resiliencia, como un conocimiento evidente dentro de la realidad común de los evaluados, pero de alguna forma ignorada o dejada de lado del estudio formal científico. Ya que, la psicología a finales del S. XX., empieza a centrarse tan solo en las patologías humanas, aspectos negativos de la psyche humana, rezagos de un siglo de guerras, dejando de lado la investigación de algunos agentes, en este caso resiliencia, que ayudaría al fortalecimiento del individuo.

Tener en cuenta que cada época tiene sus patologías y tiene sus propios mecanismos para sobrevivirse a ella. En este caso, el siglo XX, devastado por las guerras, genera un estudio minucioso de lo que serían sus secuelas: patologías post-guerra. El proceso de reconstrucción empieza a dinamizarse más con este proceso llamado globalización; ya la guerra sepultada, un tanto por la historia y su propia destrucción, va quedando relegada por el inicio de una nueva época. Es en

este florecer de la nueva época, en donde el interés por otras cuestiones, ya alejadas a los síntomas post-guerra, empiezan a ser centro de atención de estudio de algunos científicos a nivel mundial. La resiliencia es un fenómeno postguerra, un fenómeno de la reorganización del mundo. Es aquí donde la ciencia también va asumiendo estos procesos de cambio de época, de intereses, de objetivos.

El objetivo de la ciencia ya no es sobrevivir a la guerra, el objetivo primordial es la reconstrucción y/o reorganización de la vida, es en este contexto de recuperación mundial donde la resiliencia se hace presente, como factor sintomático de una época. Se espera que la ciencia profundice mucho más aun en este nuevo siglo, y que la resiliencia sea tan solo una excusa para encontrar nuevos factores o fenómenos que nos ayuden no a sobrevivir o sobrellevar nuestras vidas, si no a mejorarlas, obtener una mayor salud emocional y psíquica.

### **2.3.2. Confianza y sentirse bien sólo**

En la actualidad la confianza es un término fundamental dentro del funcionamiento del orden social. Yáñez Gallardo et al. (2008) plantean que el generar confianza es beneficioso para el desarrollo de la vida social del individuo. Para ello, se considera su estudio constante no solo en la disciplina de la psicología si no en otras áreas como las ciencias sociales. Para Mayer et al. (1995) la confianza es representada como una intención individual que no propone nada estructurado; si no, todo lo contrario, hay una presencia de asumir cierto riesgo en la negociación de una relación. El individuo se compromete desde una posición que implica tomar riesgos con la persona con la que se establece dicho pacto.

Salgado (2012) define el sentirse bien solo, como la comprensión de estabilidad autónoma que tiene cada individuo. Un equilibrio emocional que depende solo del individuo, también refiere de que el sentirse bien solo, proporciona al individuo un sentido de libertad importante para su desarrollo y otorgarse valor a su originalidad como ser vivo.

### **2.3.3. Perseverancia**

Ríos (2004) indica que la perseverancia o persistencia pertenece al abanico de valores que poseen los individuos para poder continuar a pesar de la situación (negativa) con la cual se esté interactuando. Asimismo, definen la perseverancia como un factor intrínseco al individuo, una acción de posicionarse firme respecto a lo que se hace o dice. Las personas perseverantes se caracterizan por especificar y mantener de manera clara sus objetivos. Morgan (2016) confirma que la perseverancia es la constancia que posee el individuo para hacer frente a la adversidad; donde el individuo posee un gran deseo de concluir u obtener su objetivo.

### **2.3.4. Ecuanimidad**

Morgan (2016) define este término como una perspectiva equilibrada del individuo entre el desarrollo de su vida y la experiencia aprehendida. Caracterizando en la persona ecuánime una actitud tranquila y moderada, ante situaciones adversas que puedan desestabilizar su adecuado desarrollo de vida.

Asimismo, indica que la ecuanimidad es una cualidad de mantenerse en estabilidad emocional, el individuo no se deja influenciar por los acontecimientos críticos que se intenten desestabilizarlo.

### **2.3.5. Aceptación de uno mismo**

Llano (2010), define la aceptación de uno mismo, como una acción consciente, por la cual el individuo afirma su existencia, aprobándola con ánimo de proteger y consolidar características positivas del individuo. Asimismo, la aceptación de uno mismo, no es un hecho de mera ornamentación interior, si no, es parte fundamental para lograr una mejor estructuración y desarrollo de la personalidad de la persona.

## CAPITULO III

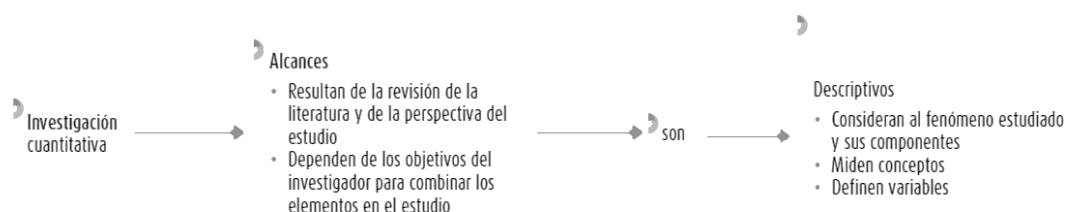
### METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y diseño utilizado

##### 3.1.1 Tipo

La presente investigación es de tipo Descriptiva, esto quiere decir, que la metodología a usar es, el de recolectar información de las diversas dimensiones del fenómeno que se está estudiando.

Sampieri Hernández (2013) indica que los estudios descriptivos son la base de los estudios correlacionales, los cuales estos últimos, sirven para brindar información y llevar a cabo estudios que ahonden más en lo explicativo para generar un conocimiento entendible y más estructurado. Asimismo, manifiesta que con los estudios descriptivos el investigador se enfoca en especificar propiedades, características y perfiles de individuos, comunidades, etc. Este tipo de estudio nos permite medir y/o recoger información de la problemática en estudio, de manera aislada (estudiando solo el concepto de resiliencia), o de manera conjunta sobre los factores a las que pertenecen. En este caso, las dimensiones pertenecientes a la resiliencia.



**Nota: Figura N° 2 organizada por el autor Sampieri Hernández (2013)**

### **3.1.2. Diseño**

La investigación es de diseño no experimental, ya que, no se relacionan variables para manipularlas a la libre disposición del investigador. Sampieri Hernández (2013), indica que la investigación de diseño no experimental consiste en un estudio en el cual no intervenimos de forma intencional las variables independientes para su efecto en otras. En el diseño de investigación no experimental, nos enfocamos más en la observación de la problemática en su estado natural para analizarlos.

El mismo autor, también desarrolla la idea de que la investigación no experimental es una especie de abanico de varios estudios cuantitativos, como los formularios u encuestas de opinión, los estudios *ex post-facto* tanto retrospectivos como prospectivos.

## **3.2. Población y muestra**

### **3.2.1. Población**

Bernal Cesar, A. (2010), indica que es de importancia definir quiénes y qué características deben de tener los individuos a evaluar. Fracica (1988) define el término población como un conjunto donde residen todos los elementos a los cuales se enfoca una investigación, o también, como conjunto de todas las unidades de muestreo.

La población a estudiar, está conformada por 45 estudiantes de ambos sexos. Un total de 19 hombres y 26 mujeres, que van desde los 18 a 23 años de edad. Pertenecientes a la residencia estudiantil de una universidad pública de Lima metropolitana.

### **3.2.2. Muestra**

Bernal Cesar, A. (2010) define al término científico de muestra, como el tamaño que representa de toda la población, por ello permite abarcar toda la muestra de la población,

Para esta investigación se trabajó de manera censal, seleccionando al 100% de la población, a su vez que también es un estudio probabilístico intencional.

### 3.3. Identificación de la variable y su operacionalización

La variable a estudiar es la Resiliencia que tiene como objetivo general determinar el nivel de resiliencia en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana. Por otro lado, por medio de este constructo no solo nos limitamos a evaluar en qué medida las personas pueden adquirir ciertos niveles de resiliencia frente a circunstancias críticas, si no que aspectos pertenecientes al individuo reaccionan para sobrellevar dicha situación.

Variable	Dimensiones	Peso	N° de items	Indicadores	Niveles
Resiliencia: es una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés y fomenta la adaptación. Ello requiere de voluntad emocional, y se ha utilizado para describir a personas que muestran aspectos positivos y adaptabilidad frente a sucesos negativos que se presenten en el día a día.	Confianza en sentirse bien solo: Nos da el significado de libertad y que somos únicos y muy importantes.	40%	10	Confianza y sentirse bien solo (2, 3, 4, 5, 6, 7, 15, 16, 17, 18)	Alto
					Medio / Promedio
					Bajo
					Muy bajo
	Perseverancia: Persistencia frente la adversidad o el desaliento, poseer un fuerte deseo del logro y autodisciplina.	21%	5	Perseverancia (1, 10, 21, 23, 24)	Alto
					Medio / Promedio
					Bajo
					Muy bajo
	Ecuanimidad: Denota una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, asume las cosas tranquilamente, moderando sus actitudes ante la adversidad	21%	5	Ecuanimidad (7, 9, 11, 12, 13, 14)	Alto
					Medio / Promedio
					Bajo
					Muy bajo
	Aceptación de uno mismo: refleja la adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida equilibrada que coincide con la aceptación por la vida y un sentimiento de bienestar a pesar de adversidad.	18%	4	Aceptación de uno mismo (19, 20, 22, 25)	Alto
					Medio / Promedio
					Bajo
					Muy bajo



### 3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico

La técnica de recolección de datos que se usó, fue la encuesta aplicada y el instrumento de medición y evaluación será la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young(1993) validada por Castilla et al. (2014).

La Escala de Resiliencia (ER), es una prueba que nos manifiesta ciertos rangos en los que se ubica el evaluado, desarrollada por Wagnild y Young (1993), nos sirve también como instrumento de medida para encontrar el nivel de resiliencia en los adolescente y adultos.

1.	Nombre de la prueba	:	Escala de Resiliencia de Wagnild & Young.
2.	Autor original	:	Wagnild, G.M. y Young, H. M. (1993).
3.	Adaptación peruana	:	Castilla et al. (2014)
4.	Administración	:	Colectiva, pudiendo también aplicarse en forma individual.
5.	Duración	:	10 minutos.
6.	Aplicación	:	Adolescentes y adultos.
7.	Significación	:	Evalúa el nivel de Resiliencia
8.	Usos	:	Educacional, clínico y en la investigación.
9.	Materiales	:	Cuestionario que contiene los ítems y sus alternativas de respuesta. Plantilla de calificación

**Cuadro N° 3 organizada por Castilla et al. (2014)**

Esta Escala de Resiliencia está compuesta por 25 ítems o preguntas de tipo cerrado, configuradas según una escala de tipo Lickert de siete alternativas, cuya valoración oscila entre:

1	:	Totalmente en desacuerdo (TD)
2	:	Desacuerdo (D)
3	:	Algo en desacuerdo (AD)
4	:	Ni en desacuerdo ni de acuerdo (¿?)
5	:	Algo de acuerdo (AA)
6	:	Acuerdo (A)
7	:	Totalmente de acuerdo (TA)

**Cuadro N° 4 organizada por Castilla et al. (2014)**

En concordancia con las categorías en los niveles de resiliencia, los individuos que se hallen en la categoría de **Alto**, da a significar que la persona posee habilidades para afrontar situaciones complejas, dependiendo de su propio proceder que de la intervención de otras personas. Si se obtiene una categoría de **Medio**, nos demuestra indicadores de confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia y aceptación de uno mismo. En la siguiente categoría de **Bajo**, el sujeto presenta una tendencia a recurrir o depender de otras personas para poder enfrentar la problemática que se le presente en el desarrollo de su vida, asumiendo de esta forma culpabilidad por las decisiones tomadas, ausencia de energía para realizar lo que se proyecta sería una característica propia de esta categoría. Por último, si el individuo recae en una categoría de **Muy Bajo**, implica aún no logra desarrollar de forma adecuada la: confianza en sí mismo, perseverancia, ecuanimidad y aceptación de uno mismo.

#### **3.4.1. Adaptación y validez**

Sampieri, R. (2013) indica, que con un estudio interno de la prueba se puede tomar como fuente de evidencia de la validez, constituyendo la correlación ítem-test corregida y análisis del coeficiente Alfa. Otro recurso que nos generará evidencia de adaptación y validez es la de realizar un análisis factorial exploratorio para que así pueda responder principalmente a la proporción de varianza en los puntajes obtenidos por los sujetos evaluados.

Se realizó una adaptación de la Escala de Resiliencia por Castilla et al. (2013). Dicha investigación, se realizó en una muestra de 427 estudiantes de nivel secundario y universitario, entre 263 hombres (61,6%) y 164 mujeres (38,4%) fluctuando las edades de 11 a 42 años de edad. Los evaluados fueron seleccionados por un muestreo de conveniencia, eso quiere decir que su selección fue intencional, no probabilística. Se realizaron análisis estadísticos descriptivos y de puntajes extremos para poder corroborar la estructura de la prueba y así poder ser adaptada a nuestro contexto. Se analizó agudamente la matriz de correlaciones para así delimitar o descartar la existencia de la multicolinealidad.

#### **3.4.2. Confiabilidad**

Castilla et al. (2013) en el análisis realizado, nos demuestra una elevada consistencia interna mediante el coeficiente de Alfa de Gronbach ( $\alpha = .906$ ). Asimismo, se ha determinado el coeficiente de mitades de *Spearman-Brown* (longitudes desiguales)  $r = .848$ ; respaldando así la alta confiabilidad de la Escala. Mencionado eso, se afirma que la Escala de Resiliencia de 25 ítems, manifiesta una alta confiabilidad, en concordancia a los diversos procedimientos utilizados.

#### **3.4.3. Baremación**

Para la baremación se utilizó una muestra de 427 personas, que está comprendido en un 51.6% por 263 hombres y en un 38.4% por 164 mujeres, ambos con edades entendidas que van entre los 11 a 42 años. Por los los análisis estadísticos, se desarrolló los baremos normativos para el test total y sus factores.

<b>Pc</b>	<b>Factor 1: Confianza y sentirse bien solo</b>	<b>Factor 2: Perseverancia</b>	<b>Factor 3: Ecuanimidad</b>	<b>Factor 4: Aceptación de uno mismo</b>	<b>ESCALA TOTAL</b>	<b>Categorías</b>
99	-	-	-	-	175	<b>Alto (71-99)</b>
98	-	-	-	-	170-174	
97	-	-	42	-	167-169	
96	69	-	-	-	166	
95	68-69	35	39-41	27-28	161-165	
90	67	34	37-38	26	157-160	
85	65-66	-	36	25	154-156	
80	-	33	35	-	151-153	
75	63-64	32	34	24	148-150	<b>Promedio (51-70)</b>
70	-	-	-	23	146-147	
65	61-62	31	33	-	143-145	
60	60	-	32	-	142	
55	59	30	-	22	140-141	<b>Bajo (31-50)</b>
50	58	29	31	21	137-139	
45	57	-	30	-	134-136	
40	55-56	28	29	20	132-133	
35	54	-	28	19	127-131	<b>Muy Bajo (1-30)</b>
30	52-53	27	-	-	123-126	
25	49-51	25-26	27	17-18	120-122	
20	47-48	24	25-26	-	113-119	
15	44-46	21-23	23-24	15-16	104-112	
10	36-43	18-20	19-22	12-14	93-103	
5	35	17	17-18	11	92	
4	31-34	16	15-16	10	84-91	
3	23-30	15	14	9	76-83	
2	20-22	11-14	13	8	59-75	
1	19	10	12	7	58	
<b>X</b>	56	28	30	20	135	<b>Media</b>
<b>DE</b>	11	5	6	5	23	<b>D.E.</b>

**Cuadro N° 5 organizada por Castilla et al. (2013)**

Para poder interpretar de forma adecuada, se requiere analizar las puntuaciones directas de la Escala de Resiliencia (ER) y sus cuatro factores. Los puntajes directos tienen que transformarse en puntuaciones percentiles. Las puntuaciones se desarrollan en una escala ordinal que va desde el 1 al 99, teniendo como valor promedio el percentil 50. Estas puntuaciones surgen a partir de la comparación de los puntajes directos del sujeto con los de una muestra normativa, es decir, el puntaje obtenido por el individuo se compara con el puntaje establecido ya por el baremo realizado por la adaptación de la prueba.

## CAPITULO IV

### PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

#### 4.1. Procesamiento de los resultados

Una vez finalizado todo el proceso de recolección de información se procedió a:

- Iniciar el proceso de tabulación de información, codificarla y transferirla a una base de datos computarizada (Excel 2013. Ink., IBM SPSS versión 22).
- Determinar la adecuada distribución de las frecuencias y la incidencia participativa (porcentajes) de los datos en referencia del instrumento de investigación.
- Se aplicaron las siguientes técnicas estadísticas:

Valor máximo y valor mínimo

Media aritmética

$$Media(X) = \bar{x} = \frac{\sum_{i=1}^N X_i}{N}$$

## 4.2. Presentación de Resultados

### CUADRO N° 6

Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación de Resiliencia.

PUNTAJE TOTAL		
N	Válido	45
	Perdidos	0
Media		12,73
Mínimo		11
Máximo		14

El estudio realizado de 45 sujetos, respecto a nivel de resiliencia, como interpretación los siguientes datos obtenemos:

Una media de 12,73 se categoriza como “Normal”.

Un valor mínimo de 11 que se categoriza como “Deficiente”.

Un valor máximo de 14 que se categoriza como “Excelente”.

## CUADRO N° 7

Medidas estadísticas descriptivas de los factores pertenecientes a la Resiliencia.

Estadísticos

		Confianza y sentirse bien solo	Perseverancia	Ecuanimidad	Aceptación de uno mismo
N	Válido	45	45	45	45
	Perdidos	0	0	0	0
Media		52,76	26,60	31,49	20,24
Mínimo		42	23	27	17
Máximo		58	30	35	23

### Comentario

En los factores que abarca la resiliencia, podemos observar los siguientes resultados:

En el factor de Confianza y sentirse bien solo se puede observar:

- Una media de 52,76 que vendría a categorizar como “Normal”.
- Un mínimo de 42 que se categoriza como “Deficiente”.
- Un máximo de 58 que se ubica en la categoría de “Excelente”.

En el factor de Perseverancia se puede observar:

- Una media de 26,60 que vendría a categorizar como “Normal”.

- Un mínimo de 23 que se categoriza como “Deficiente”.
- Un máximo de 30 que se ubica en la categoría de “Excelente”.

En el factor de Ecuanimidad se puede observar:

- Una media de 31,49 que vendría a categorizar como “Normal”.
- Un mínimo de 27 que se categoriza como “Deficiente”.
- Un máximo de 35 que se ubica en la categoría de “Excelente”.

En el factor de Aceptación de uno mismo se puede observar:

- Una media de 20,24 que vendría a categorizar como “Normal”.
- Un mínimo de 17 que se categoriza como “Deficiente”.
- Un máximo de 23 que se ubica en la categoría de “Excelente”.

En relación a los resultados expuestos, a continuación, daremos una vista a los cuadros estadísticos para poder observar el alto índice, que refiere a las categorías de resiliencia y sus respectivos factores



## CUADRO N° 8

### Medidas estadísticas descriptivas del nivel de Resiliencia

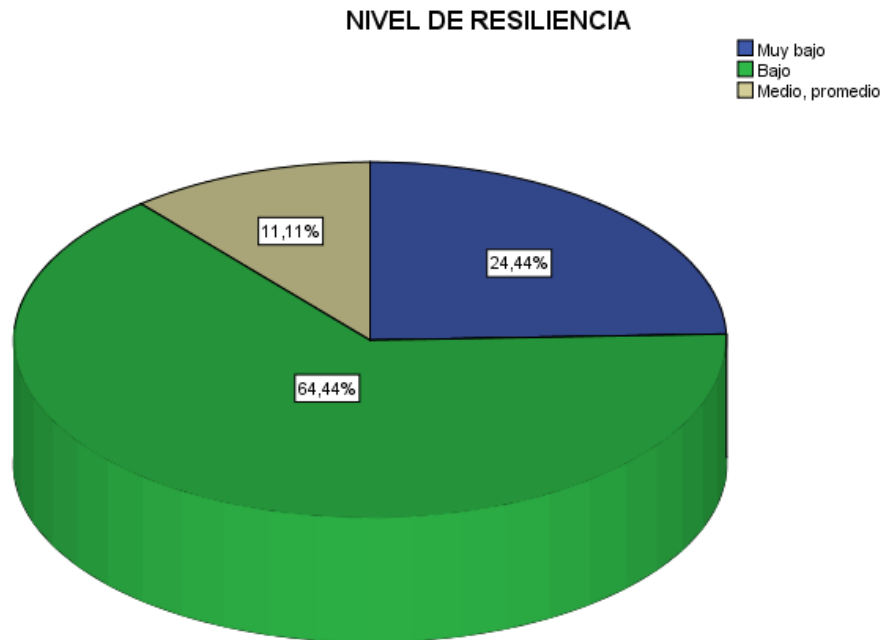
#### NIVEL DE RESILIENCIA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy baja	11	24,4	24,4	24,4
	Baja	29	64,4	64,4	88,9
	Medio, promedio	5	11,1	11,1	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

#### Comentario:

El nivel de resiliencia predominante en estudiantes universitarios residentes de una universidad pública, se ubica en la categoría de “Bajo”. Obteniendo como resultado:

- El 64,4%, se considera la categoría de “Baja”.
- El 24,4%, se considera la categoría de “Muy baja”.
- El 11,11%, se considera la categoría de “Medio / Promedio”.



**FIGURA N° 3.** Resultados del nivel de Resiliencia

### **Comentario**

El nivel de Resiliencia predominante en estudiantes universitarios residentes, se ubica en la categoría de “Bajo”. Obteniendo como resultado:

- El 64,4% se considera la categoría de “Baja”.
- El 11,11% se considera la categoría de “Medio / Promedio”.

## CUADRO N° 9

### Medidas estadísticas descriptivas del nivel de Confianza y sentirse bien solo

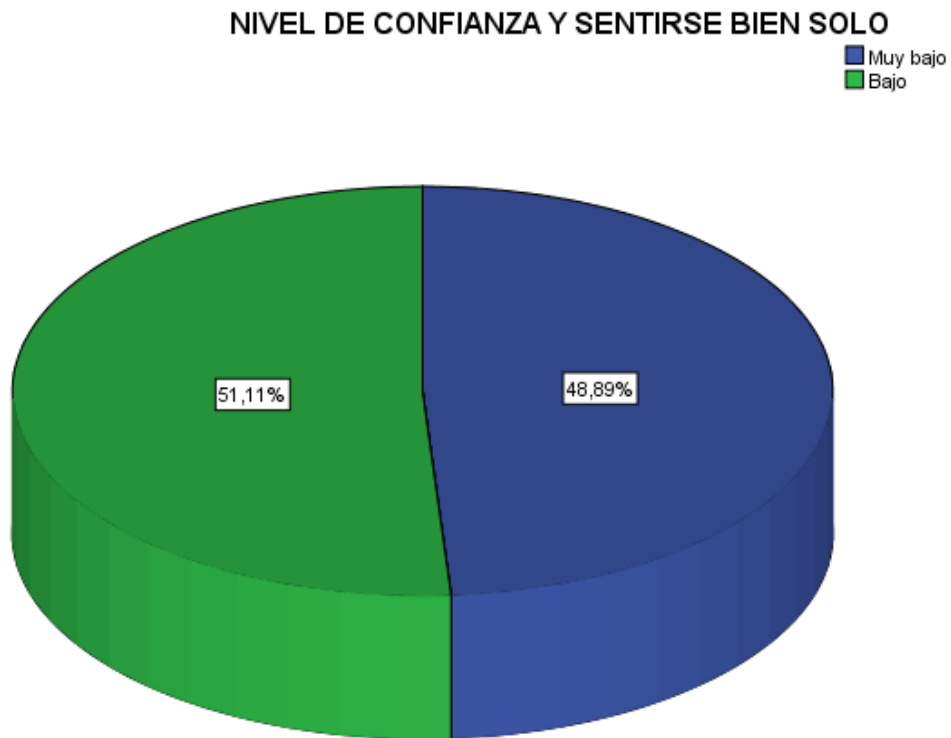
NIVEL DE CONFIANZA Y SENTIRSE SOLO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy baja	22	48,9	48,9	48,9
	Baja	23	51,1	51,1	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

### Comentario

El nivel de Confianza y sentirse bien solo en estudiantes residente de una universidad pública de Lima metropolitana, se considera “Baja”, obteniendo como resultado:

- El 51,1% se considera la categoría de “Baja”.
- El 48,9% se considera la categoría de “Muy baja”.



**Figura 4.** Resultados del nivel de Confianza y sentirse bien solo como factor de la Resiliencia.

#### **Comentario**

El nivel de Confianza y sentirse bien solo en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana se considera “Baja”, teniendo como resultado:

- El 51,11% se considera la categoría “Baja”.
- El 48,89% se considera la categoría “Muy baja”.

## CUADRO N° 10

### Medidas estadísticas descriptivas del nivel de Perseverancia

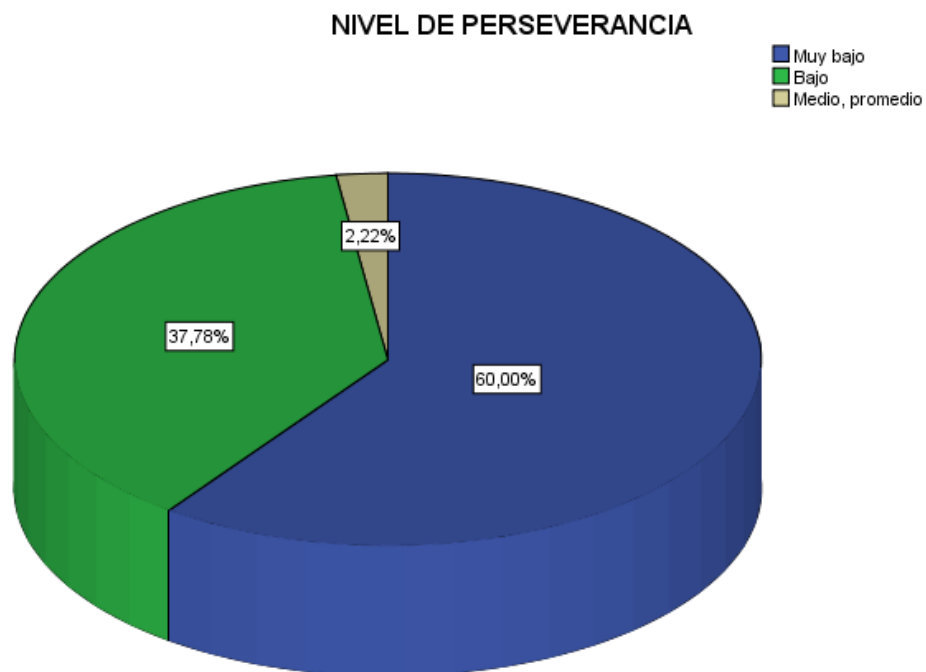
#### NIVEL DE PERSEVERANCIA

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy baja	27	60,0	60,0	60,0
	Baja	17	37,8	37,8	97,8
	Medio, promedio	1	2,2	2,2	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

#### Comentario:

El nivel de Perseverancia en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana se considera “Muy baja”, obteniendo como resultado:

- El 60% se considera la categoría “Muy baja”
- El 37,8% se considera la categoría “Baja”
- El 2,2% se considera la categoría “Medio / Promedio”



**Figura 5.** Resultados del nivel de Perseverancia como factor de la Resiliencia.

#### **Comentario**

El nivel de Perseverancia se considera “Muy baja” teniendo como resultado:

- El 60% se considera en la categoría de “Muy baja”.
- El 2,22% se considera en la categoría de “Medio / Promedio”.

## CUADRO N° 11

### Medidas estadísticas descriptivas del nivel de Ecuanimidad

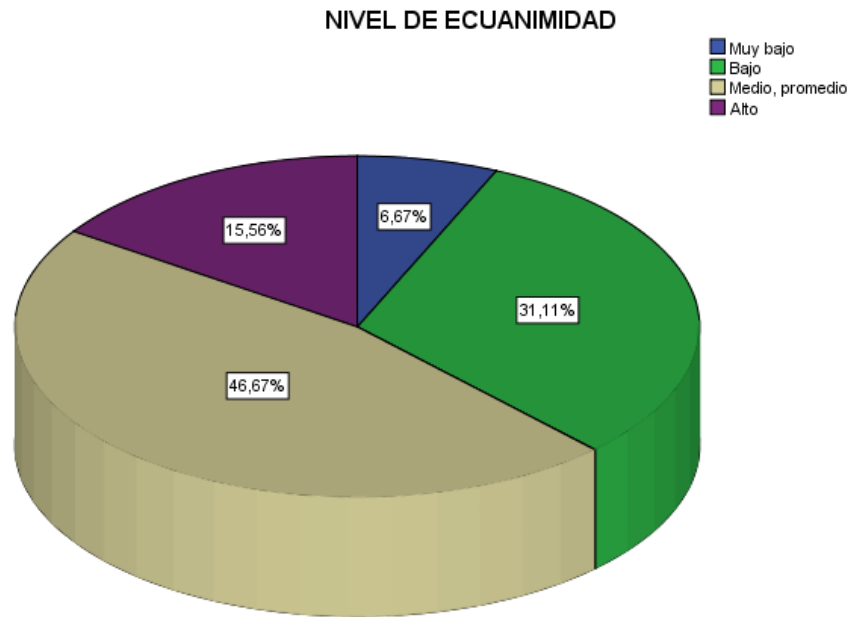
#### NIVELDE ECUANIMIDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy baja	3	6,7	6,7	6,7
	Baja	14	31,1	31,1	37,8
	Medio, promedio	21	46,7	46,7	84,4
	Alta	7	15,6	15,6	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

#### Comentario:

El nivel de Ecuanimidad en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana se considera “Medio / Promedio”, obteniendo como resultado:

- El 46,7% se considera la categoría de “Medio / Promedio”.
- El 31,1% se considera la categoría de “Baja”.
- El 15,6% se considera la categoría de “Alta”.



**Figura 6.** Resultados del nivel de Ecuanimidad como factor de la Resiliencia.

#### **Comentario**

El nivel de Ecuanimidad se considera “Medio/Promedio” teniendo como resultado:

- El 46,67 se considera en la categoría de “Medio / Promedio”.
- El 6,67% se considera en la categoría de “Muy baja”.



## CUADRO N° 12

### Medidas estadísticas descriptivas del nivel de Aceptación de uno mismo

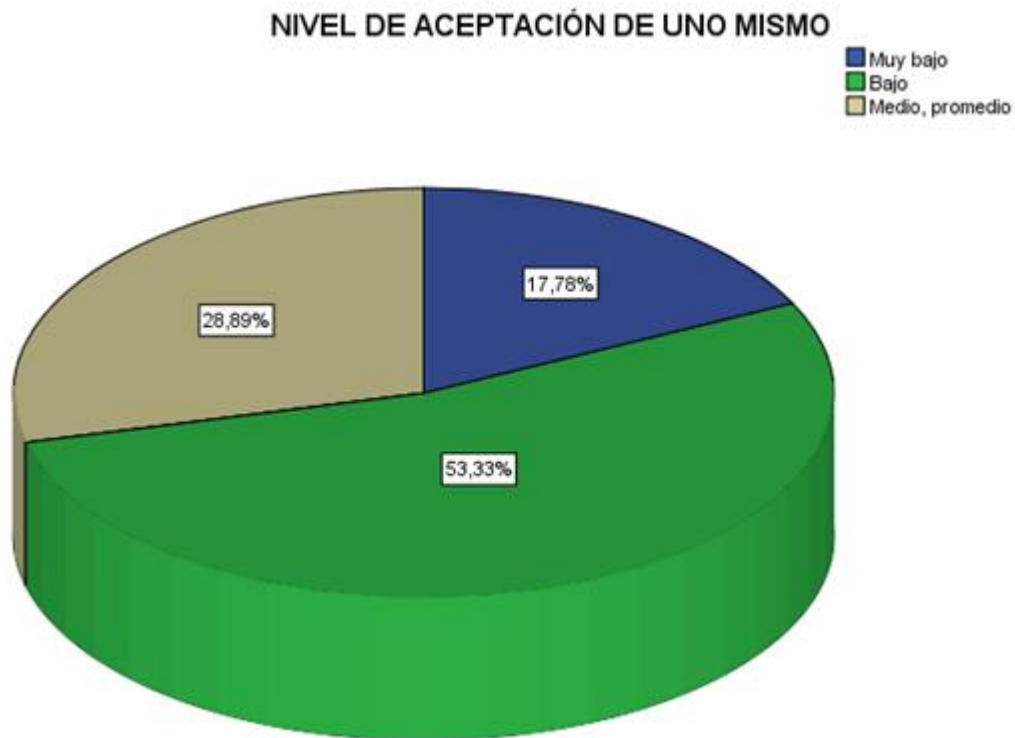
NIVEL DE ACEPTACIÓN DE UNO MISMO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy baja	8	17,8	17,8	17,8
	Baja	24	53,3	53,3	71,1
	Medio, promedio	13	28,9	28,9	100,0
	Total	45	100,0	100,0	

#### Comentario:

El nivel de Aceptación de uno mismo en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana se considera “Baja”, obteniendo como resultado:

- El 53,3% se considera la categoría “Baja”.
- El 28,9% se considera la categoría “Medio / Promedio”.
- El 17,8% se considera la categoría “Muy Baja”.



**Figura 7.** Resultado del nivel de Aceptación de uno mismo como factor de la Resiliencia.

#### **Comentario**

El nivel de Aceptación de uno mismo se considera “Bajo” teniendo como resultado:

- El 53,33% se considera en la categoría de “Bajo”.
- El 17,78% se considera en la categoría de “Muy bajo”.

#### **4.3. Análisis y discusión de los resultados**

Los resultados hallados en esta investigación, nos da a conocer el nivel de resiliencia en 45 estudiantes universitarios residentes de una universidad pública de Lima metropolitana. En concordancia a ello, y a través, de los resultados presentados anteriormente de la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, adaptada y validada por Castilla et al. (2013), se correspondió a analizar las dimensiones del nivel de resiliencia.

Debido a ello se encontró que los resultados originados en relación al nivel de resiliencia, se ponen en relación con el objetivo general de la investigación. Nos genera que la media en la puntuación de la muestra es de 12,73 la que la ubica en un nivel “Normal”. A la vez que la puntuación mínima asume un valor de 11 que se categoriza como “deficiente”, indicándonos, que al menos un estudiante residente tiene un nivel bajo de resiliencia; y un puntaje máximo de 14 que se categoriza como “excelente”, indicándonos que al menos un estudiante residente, tiene alto nivel de resiliencia tal y como se especifica en el cuadro N° 2.

En el cuadro N° 8 y la figura N° 3, nos muestra la existencia de un 11,11% de estudiantes residentes con un nivel “medio / promedio” de resiliencia, un 64% con un nivel de resiliencia “Muy bajo” y un 24,4% con un nivel de resiliencia mínimo que se categoriza como “Bajo”.

De forma equivalente, el estudio desarrollado por Bautista, I. y Ccorpuna, R. (2015), nos indica la existencia de estudiantes con un nivel de resiliencia baja (33.3%) que se encuentran vulnerados por estimulantes estresores o situaciones críticas, y en especial consideran como agente estresor alto la competitividad que se da entre los pares. A la vez, del porcentaje de estudiantes con bajo nivel de resiliencia el (78.8%) toma en consideración el principal agente estresor a la sobrecarga de tareas y trabajos.

Por ello Wagnild y Young (1993) en Castilla et al. (2013) autor de la validación y adaptación de la escala de Resiliencia menciona que los estudiantes poseen cierta tendencia a recurrir a otras personas para poder dar solución a las

situaciones o momentos críticos en el desarrollo de su vida; generándole culpabilidad por la elección asumida, esto a la vez, exhibe en los estudiantes una ausencia de energía para concluir los proyectos que se proponga.

Demostrando así, que existe cierta diferencia significativa entre los distintos niveles, confirmando la presencia de la existencia de un porcentaje alto de estudiantes residentes con bajo nivel de resiliencia. Esto indica que los alumnos residentes evaluados, no cuentan con las herramientas necesarias para poder desarrollar todas las competencias o dimensiones de la resiliencia, esto les generaría dificultad en el desarrollo académico en el cual están inmersos. Saavedra y Villalta (2008), manifiestan que el fracaso académico está muy relacionado a la ausencia de resiliencia en estudiantes universitarios. A su vez, indica que los factores de riesgo social o el fracaso académico, genera vulnerabilidad en la salud emocional del individuo.

Asimismo, Borbarán et al. (2005), respecto a los factores de protección, indican que estos llegan a brindar recursos favorables para el individuo. Es decir, si el individuo carece de factores de protección, no desarrollará competencias adecuadas para poder interactuar de forma integral con su medio, y no logrará un adecuado nivel de resiliencia para la autonomía de este. Por su parte Polo (2009) menciona que los factores de riesgo tienen una disposición pasiva y activa, todas ellas involucradas en la vulnerabilidad de los estudiantes. Uno de los factores de riesgo, es la modificación de residencia que desarrolla el estudiante; confirmando que el cambio de medio o situación, de forma no escalonada, genera que la persona carezca de un nivel de resiliencia adecuado. Ya que, no solo hay un cambio de medio, también existe una transformación de los procesos de interrelación, ya no se interactúa en primera instancia con los miembros pertenecientes a la familia, si no, estos son reemplazados por nuevos miembros de la institución educativa en el que reside el estudiante. La variación del medio y las personas con las que se interactúa, son primordiales para el desarrollo no solo académico, si no, también para salud emocional y mental del estudiante. Una adecuada salud global del

individuo, nos generaría mayor posibilidad de desarrollo académico y sobre todo un mejor desempeño en su calidad de vida.

Respecto a las dimensiones que pertenecen a la variable de resiliencia, primero nos enfocaremos en el nivel de Confianza y sentirse bien solo. En esta dimensión que se desarrolla en el cuadro N° 9 y la Figura N° 4, nos muestra que un 48.9% se ubica en el nivel “Muy bajo” y un 51.1% en el nivel “Bajo”, esto quiere decir que la totalidad de estudiantes residentes evaluados, no logran desarrollar esta dimensión.

De forma similar Aquino Guillen (2017) confirma la relación directa de la adaptación a la vida universitaria en una de las dimensiones correspondientes a la resiliencia, en este caso ‘Confianza y sentirse bien solo’. Demostrando que la adaptación del estudiante es uno de los más importantes, para consolidar su autonomía o confianza en sí mismo.

Wagnild y Young (1993) en Castilla et al. (2013) indica que la confianza en sí mismo, es importante para llegar a concluir la adaptación de forma adecuada, ya que esta dimensión es considerada como una habilidad para sobreponerse de situaciones adversas.

Ninguno de los evaluados logró manifestar el desarrollo de un nivel adecuado o alto en correspondencia a la dimensión de Confianza y sentirse bien solo. Yáñez Gallardo et al. (2003), nos indica que el generar confianza es beneficioso para el desarrollo de la vida social, como para el individuo. Los evaluados no pueden asumir este beneficio producto que su vida social ha sido intervenida, por consecuencia del cambio de medio o residencia. Al llegar a un nuevo medio, el individuo se predispone a adaptarse a su medio, para luego generar soportes de confianza externo que ayudarán a consolidar a su vez la confianza en sí mismos. Esta dinámica, de adecuada correspondencia entre factores internos o como externos, influyen en el desarrollo de esta dimensión.

Para Mayer et al. (1995) la confianza es la presencia de asumir cierto riesgo en la negociación de una relación. El individuo se compromete desde una posición

que implica tomar riesgos con la persona con la que se establece dicho pacto. Podemos decir que son estudiantes que aún no predisponen la idea de asumir riesgos, es fundamental esta información, porque el historial de vida de los estudiantes nos ayuda a comprender mejor esta problemática. Tener en cuenta que los estudiantes cambiaron: su residencia, personas con las que interactúa, entre otros. Esto quiere decir que están en un proceso de adaptación donde vulnerarse a riesgos no es una opción primaria para ellos. Salgado (2005) menciona entender, el sentirse bien solo, como la comprensión de estabilidad autónoma que tiene cada individuo. Un equilibrio emocional que depende solo del individuo, también refiere que el sentirse bien solo, proporciona al individuo un sentido de libertad importante para su desarrollo y otorgarse valor a su originalidad como ser vivo.

En el segundo nivel, Perseverancia. En el cuadro N° 10 y la Figura N° 5, nos muestra que un 2.22% se encuentra en el nivel de “Medio / Promedio”, un 37.78% de evaluados tienen nivel de perseverancia “Bajo” y un 60%, que es más de la mitad de evaluados, tienen un nivel de perseverancia “Muy bajo”. Unificando los dos últimos resultados, obtenemos que casi la totalidad de evaluados aún no logran desarrollar esta dimensión.

Wagnild y Young (1993) en Castilla et al. (2013) se manifiesta que algunas condiciones críticas preponderantes, en estudiantes universitarios con un nivel de Perseverancia Bajo, pueden aportar a la deserción del objetivo organizado por el individuo.

Ríos (2004) indica que la Perseverancia, es uno de los valores que poseen los individuos para poder continuar a pesar de la situación negativa, en la cual se esté interactuando. En ese sentido es necesario tomar en cuenta las condiciones con las cuales convive el estudiante universitario residente. Morgan (2016) manifiesta que la perseverancia es la constancia que posee individuo para hacer frente a la adversidad; el individuo posee un gran deseo de concluir u obtener su objetivo.

Cabe acentuar que la mayoría de estudiantes residentes, son estudiantes universitarios ingresantes. Su objetivo primero; el de ingresar, se ha concluido. Están en una etapa de reorganización donde la perseverancia, para su nueva vida académica y social, aún está latente para su desarrollo. La no obtención de un nivel adecuado en los resultados, no determina rotundamente la ausencia en un futuro de algunas de las dimensiones estudiadas.

En el nivel de Ecuanimidad que se organiza en función a el cuadro N° 11 y la Figura N° 6, nos muestra que un 15,6% se encuentra con un nivel alto de ecuanimidad, un 46.7% de evaluados tienen nivel de perseverancia “Medio / Promedio” y un 37.8%, corresponde a un nivel de perseverancia “Bajo”. Observamos que, en estos resultados, recién ubican presencia una de las dimensiones en la población evaluada. Sin embargo, esta puntuación porcentual, sigue siendo mínima, es menor a la mitad del total de evaluados.

De forma equivalente Bautista, I. y Ccorpuna, R. (2015) indican la situación vulnerada en la que se encuentran los estudiantes como principal factor de influencia. Además, de que la ecuanimidad pretende una propuesta equilibrada de la propia vida del individuo o estudiante residente.

Wagnild y Young (1993) en Castilla et al. (2013) indica que la buena disposición de esta dimensión, que es la ecuanimidad, en el individuo permitirá una mejor toma de decisiones frente a situaciones críticas en el desarrollo de la vida universitaria de los estudiantes residentes.

Cabe decir, que existe una predisposición actitudinal respecto del individuo a su nuevo medio. El estudiante residente se encuentra en un proceso de recolección de información, ya que su disposición de agente nuevo en ese medio, lo hace más vulnerable. Por ello, se encarga de recopilar información, para poder comprender mejor su realidad, y posteriormente consolidarse en ella.

Respecto a la última dimensión, aceptación de uno mismo, desarrollada en el cuadro N° 12 y la Figura N° 7 se obtiene que el 28,9% obtiene un nivel “Medio / Promedio”, respecto a esta dimensión, el 53%, más de la mitad de evaluados,

obtiene un nivel “Bajo” de aceptación de uno mismo, y el 17,8% alcanza niveles mínimos de esta dimensión, nivel “Muy bajo”.

Wagnild y Young (1993) en Castilla et al. (2013) indica que la aceptación de uno mismo, como una acción consciente, por la cual el individuo afirma su existencia, aprobándola con ánimo de proteger y consolidar características positivas del individuo.

Observamos que la problemática de nuestra población evaluada, no se rige tan solo al individuo; diversos factores externos, como el medio en este caso, toman cierta relevancia para la comprensión y desarrollo de esta problemática. Existe una predisposición clara hacia desarrollar esta habilidad, vemos que el 28.9% de estudiantes ya se encuentra con estas capacidades para afrontar los momentos críticos. Entender que el proceso de adaptación de los estudiantes a su nuevo medio se va logrando consolidar en el transcurso del tiempo. Esta investigación fue tomada a principios del año académico 2018, donde los alumnos residentes aún no se conocían del todo. Asimismo, entender que hablar de esta dimensión, la aceptación de uno mismo, es parte fundamental para lograr una mejor estructuración y desarrollo de la personalidad del individuo. Es en este transcurrir que el sujeto se va adaptando hasta adecuarse con total normalidad, y a partir de ello desarrollar las otras dimensiones para consolidar su resiliencia frente a situaciones críticas.

#### **4.4. Conclusiones**

- Los estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana obtuvieron un nivel bajo de Resiliencia.
- En la dimensión de Confianza y sentirse bien solo en estudiantes residentes de una universidad pública, se observa un nivel “Muy bajo” de este factor perteneciente a la Resiliencia.
- En referencia a la dimensión de Perseverancia en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana, se observa que la población



evaluada obtiene un nivel “Muy bajo”, respecto a este factor perteneciente a la variable de la resiliencia

- En cuanto a la dimensión de Ecuanimidad en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana, se obtiene un nivel “Medio/Promedio” respecto a este factor perteneciente a la variable de la resiliencia.
- En la dimensión de Aceptación de uno mismo, en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana se obtiene un nivel “Bajo”.

#### **4.5. Recomendaciones**

Dados los resultados y el análisis respectivo de ellos, se genera un listado de recomendaciones respecto a la resiliencia:

- Brindar información correspondiente a alumnos universitarios, docentes y personal de la institución, que logre sensibilizarlos en función a la resiliencia; por medio de charlas informativas y talleres.
- Desarrollar y fortalecer el nivel de resiliencia en los estudiantes residentes por medio de un programa de intervención, que les facilite de capacidades frente a situaciones críticas.
- Desarrollar la confianza y sentirse bien solo, ya que existe una tendencia negativa respecto a esta dimensión, para que puedan asumir iniciativas o riesgos, producto de esta ausencia.
- Desarrollar la Perseverancia en los estudiantes residentes, es un punto crítico, teniendo en cuenta que más del 80% de estudiantes no posee esta habilidad, lo que nos da la perspectiva de que los estudiantes poseen poca firmeza respecto a sus decisiones y acciones.
- Respecto a la dimensión de Ecuanimidad, es una de las dimensiones donde se encuentran puntajes positivos de los evaluados. Consolidar esta

dimensión perspectiva analítica, tranquila y contemplativa, que poseen los estudiantes residentes.

- Desarrollar la dimensión de Aceptación de uno mismo, ya que, existe un sector considerable que no posee esta habilidad y que no logra aún un accionar consciente por el cual afirmar su existencia de forma beneficiosa.
- Organizar a estudiantes, profesores y personal administrativo, para que la problemática pueda comprenderse a mayor escala; y así, todos comprendiendo, pueden consolidar y lograr mayores objetivos, ante situaciones críticas.

## **CAPÍTULO V**

### **PROPUESTA DE UN PROGRAMA DE PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN**

#### **5.1. Denominación del problema**

“Taller de aprendizaje de Resiliencia para estudiantes universitarios”

#### **5.2. Justificación del problema**

Se debe comprender que la variable en estudio es de suma importancia para el desarrollo eficaz, enfocado en la calidad de vida del individuo, en este caso: el estudiante residente de una universidad pública de Lima metropolitana. Debido a que, en la actualidad, es evidente la carencia de un sistema de salud mental público que logre cubrir de forma adecuada con las necesidades de la población, y específicamente, con una población académica-universitaria, saturada por las diversas responsabilidades que tienen que asumir como individuos sociales, y sumando a esto, la organización dentro de la vivienda o residencia universitaria. Es ahí, donde inicia la problemática de la resiliencia, donde las responsabilidades se presentan como estímulos estresores para el individuo, por ello enfocarnos en el desarrollo de alternativas que logren mejorar el desempeño del estudiante, y fortalecer su salud emocional, necesaria para poder afrontar y sobrellevar de forma adecuada, las diversas situaciones críticas que se le presenten.

Dado los resultados obtenidos a través de la investigación, sobre el nivel de Resiliencia en universitarios residentes de una universidad pública de Lima metropolitana. Se obtuvieron como resultados, niveles “bajos”, en su mayoría, e incluso se hallaron registros de niveles “muy bajos”, respecto a la resiliencia y sus dimensiones pertenecientes: ‘Confianza y sentirse bien solo’, ‘Perseverancia’, ‘Ecuanimidad’ y ‘Aceptación de uno mismo’. Por ello, es importante la elaboración de un plan u estrategia que nos permita enfocarnos en los puntos más críticos, para poder otorgar herramientas que ayuden a desarrollar y posteriormente, fortalecer los niveles de resiliencia en los jóvenes universitarios residentes.

Conjuntamente, la importancia del programa asciende, al evocarse junto a una parte fundamental del desarrollo humano, como es la vida académica o universitaria del individuo residente en su universidad; ya que, el interés por fortalecer las potencialidades o habilidades del individuo son necesarias, para que pueda desenvolverse idealmente en su contexto y, sobre todo, hacer frente a las situaciones críticas que se le presentan en esta nueva etapa de su vida. Para ello se debe de contar con las herramientas mínimas para afrontar estímulos de estrés y sobresalir de ellas con destreza y con la confianza meritoria.

### **5.3. Establecimiento de objetivos**

#### **5.3.1. Objetivos del programa**

#### **5.3.2. Objetivo general**

Diseñar y desarrollar un programa de intervención psicoeducativo para incrementar los niveles de resiliencia en los estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana, facilitándole herramientas para que puedan desenvolverse de forma eficaz en cualquier tipo de situación crítica, que comprometa el desarrollo de la resiliencia como pieza fundamental para el desarrollo de la salud psicológica del individuo.

#### **5.3.3. Objetivos específicos**

El programa se elaborará en función a doce sesiones que abarcarán las dimensiones pertenecientes a la Resiliencia:

- Generar la habilidad de Confianza y sentirse bien solo, en los estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana.
- Otorgar estrategias para el desarrollo de la Perseverancia, en los estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana.

- Fortalecer la Ecuanimidad, en los estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana.
- Desarrollar la capacidad de Aceptación de uno mismo, en los estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana.

#### **5.4. Sector al que dirige**

El siguiente programa es dirigido al sector educativo: El programa está dirigido a los estudiantes residentes de una universidad pública de Lima metropolitana, que estén matriculados en ciclo curricular 2018-I.

#### **5.5. Establecimiento de conductas / meta**

- Resiliencia
- Confianza y sentirse bien solo.
- Perseverancia.
- Ecuanimidad.
- Aceptación de uno mismo.
- **META:** Generar el desarrollo de la capacidad de resiliencia, conjuntamente con el desarrollo de las dimensiones pertenecientes a esta: Confianza y sentirse bien solo, Perseverancia, Ecuanimidad y Aceptación de uno mismo; para una óptima salud psíquica del estudiante residente de una universidad pública de Lima metropolitana.

#### **5.6. Metodología de la intervención**

La metodología a desarrollar será descriptiva – aplicativa, concordando con los objetivos propuestos. El programa de intervención se desarrollará de septiembre a diciembre del año 2018, el cual estará constituido de doce sesiones, que se realizarán tres veces por mes.

### **5.7. Instrumento / material a utilizar**

- Papel bond.
- Lápices de colores.
- Lápices 2B.
- Lapiceros.
- Revistas.
- Proyector de video.
- Plumones de colores.
- Venda oscura.
- Pelota de trapo
- Parlantes.
- USB con música.
- Papelógrafos.
- Elásticos.

### **5.8. Cronograma**

	ACTIVIDADES	AGOSTO				SETIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE			
		SEMANA				SEMANA				SEMANA				SEMANA			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
MES I	¿Qué es la Resiliencia?																
	La importancia de la autoidentificación.																
	¿Qué es el autoconcepto?																
MES II	Aceptación de si mismo.																
	La importancia de: "sentirse bien solo".																
	¿Existe confianza en nosotros mismo?																
MES III	¿Es necesario el "sentirse bien solo"?																
	Conociendo el concepto de ecuanimidad.																
	¿Es importante la ecuanimidad?																
MES IV	Reconociendo la capacidad de perseverancia.																
	La resiliencia en nuestro proyecto de vida.																
	Retroalimentación de la Resiliencia y sus dimensiones.																

## **Programa de Intervención**

*“Aprendiendo a generar la Resiliencia en estudiantes residentes de una universidad pública”*

Fase de operación



Mes I Sesión I	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Dinámica de ingreso	Se hunde la barca.	Que todos los estudiantes participantes, logren cohesionarse para generar confianza entre ellos.	Trabajo en equipo.	Se les pide a los estudiantes, que caminen por distintos lados y cuando el facilitador mencione “se hunde la barca, formen grupos de...” formaran los grupos con el número de participantes indicado, después de haber formado cuatro veces grupos distintos, se les indica que formen un último grupo de.... con el cual compartirán cual fue su experiencia en este ejercicio.	Un aula, espacio abierto.	10 minutos
Presentación	Presentación del facilitador	Que el facilitador se	Expositivo.	El Facilitador se presenta e	Trípticos con contenido	20 minutos

	¿Qué es la resiliencia?	presente para una mejor coordinación en el taller, y posteriormente informe de forma general sobre el tema principal La Resiliencia.		informe sobre La Resiliencia de forma general: - Breve definición - Desarrollo histórico - Conceptos, de autores primordiales en esta problemática - características.	informativo sobre La Resiliencia.	
Identificación	Escribir un relato	Identificación de La Resiliencia	Trabajo en equipo.	En la cantidad de personas como se quedaron en la primera dinámica, trabajarán conjuntamente para poder organizar y escribir una historia donde se perciba, que él o la protagonista sea capaz de	Hojas bond y lápices de colores	15 minutos

				desarrollar la resiliencia frente a una situación aleatoria.		
Cierre	Trabajo individual	Cuestionarse respecto a La Resiliencia	Trabajo individual	Se les entrega una hoja a cada participante, con las siguientes preguntas: ¿Qué es la Resiliencia?, ¿Es importante para el desarrollo de mi vida?, ¿me es necesaria?, ¿sé dónde obtener mayor información sobre este tema?	Hojas bond y lápices.	5 minutos
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						

Mes I Sesión 2	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Dinámica inicial	El espejo	Que los estudiantes reconozcan algunas características suyas.	Trabajo en equipo.	Se comentará que los alumnos deban desplazarse de forma desordenada por todo el aula, y en el momento de aplaudir formarán grupos de dos personas. Una vez formados los grupos se dibujarán y entrevistarán a la otra persona.	Hoja bond y lapiceros	10 minutos
Discusión	Intercambio de ideas	Que los estudiantes logren reconocer los diversos puntos de vista de sus compañeros.	Trabajo en equipo.	Cada equipo se presentará, uno al otro a todos los estudiantes participantes del taller. Dirá toda la información que se obtuvo de la pequeña entrevista que se realizó.	Hoja bond y lapiceros	10 minutos

Exposición	El facilitador explica sobre la autoidentificación.	La importancia de nuestra autoidentificación.	Expositivo.	El facilitador delimita y asimila todo la información que los estudiantes brindaron para delimitar la discusión y enfocarla en relación a la autoidentificación.	Sillas / díptico en referencia a la autoidentificación	20 minutos
Preguntas	Preguntas del facilitador hacia los participantes y viceversa.	Relacionar los conceptos con la realidad de los estudiantes.	Retroalimentación	Relacionando la dinámica inicial y la posterior explicación del facilitador, se iniciará la discusión sobre la presencia de la autoidentificación en los participantes.	Sillas	10 minutos
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						

Mes I Sesión 3	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Dinámica inicial	Publicidad	Generar capacidades de autoconocimiento y autorrevelación hacia los demás.	Trabajo Individual	Realizar un afiche, con recortes de revistas, dibujos, colores, que logré representar cualidades positivas, este afiche será un anuncio que nos servirá para poder ofrecer su amistad a los otros estudiantes.	Revistas, hojas bond, lápices de colores.	15 minutos
Exposición	El facilitador explicará sobre el autoconcepto	La importancia de nuestro autoconcepto.	Expositivo.	El facilitador, con ayuda de un proyector (video), realiza una exposición sobre el autoconcepto y su importancia en el desarrollo de la vida.	Proyector de video y computadora.	25 minutos
Discusión	Preguntas	Generar que los estudiantes se	Participativo.	El facilitador lanzará	Un aula o espacio abierto.	10 minutos

		cuestionen a importancia de poder construir un concepto de nuestra persona		preguntas como: ¿Sabemos de forma exacta como somos?, ¿Es importante el concepto que tenemos de nosotros mismos?, ¿Cómo afecta a los demás esto?		
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						

Mes II Sesión 4	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Dinámica inicial	Hablan a nuestras espaldas.	Que los estudiantes logren reconocer virtudes como defectos.	Trabajo en equipo.	<p>Cada participante tendrá en su espalda una hoja bond pegada con cinta adhesiva. Se les repartirán plumones de todos los colores a todos los estudiantes. Habrá también plumones en recipientes en algunos espacios del aula, para que los estudiantes puedan cambiar el color.</p> <p>Cada alumno escribirá a otro, en su espalda una virtud o defecto, tomando en cuenta las anteriores sesiones, o más tiempo, si ya lo conoce. Es importante intercambiar el color de los plumones para que el anonimato sea lo principal.</p>	Hoja bond y plumones de colores	15 minutos



Discusión	Intercambio de ideas	Que los estudiantes identifiquen el concepto de sí mismos, a partir de ellos y posteriormente lo que opinan los demás respecto a él/la.	Trabajo en equipo.	A partir de las hojas escritas en la primera dinámica, los estudiantes discutirán, en grupos, sobre el significado del concepto que uno tiene de sí mismo.	Hoja bond y lapiceros	10 minutos
Exposición	Aceptación de sí mismo	El facilitador explicará sobre la definición e importancia de la Aceptación de sí mismo.	Expositivo.	I) Definición del concepto del sí mismo. II) Aceptación de sí mismo. III) Importancia en: a) nuestros hogares. b) nuestro barrio. C) nuestros lugares de trabajo o estudio.	Sillas / díptico en referencia a la autoidentificación	20 minutos
Herramienta Audiovisual	Proyección de video en referencia a la Aceptación de sí mismo.	Enfocar la importancia de la Aceptación de sí mismo, en el desarrollo de nuestras vidas.	Participativo.	Se proyectará el corto titulado "The present" (El regalo) de Fabio Coala, para su posterior discusión: <a href="https://bit.ly/2wdQob5">https://bit.ly/2wdQob5</a>	Sillas	10 minutos
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						

Mes II Sesión 5	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Dinámica inicial	Sentirse bien solo	Generar comodidad en el desarrollo del trabajo individual del estudiante.	Trabajo individual	En una hoja, escribir a modo de relato, una situación crítica de la cual se haya resuelto de forma individual. Y en un papelógrafo dibujar solo la solución.	Hojas bond Papelógrafos Lápices Plumones	15 minutos
Discusión	Exposición de relatos	Reconocer las capacidades para salir de situaciones críticas de cada estudiante.	Trabajo en equipo	Solo con ayuda del papelógrafo y leyendo el relato escrito, se tendrá que reconocer con ayuda de todos los estudiantes las herramientas que se usó para salir de la situación crítica.	Papelógrafos y la hoja bond.	25 minutos
Conclusiones	Conclusión de ideas	Consolidar el concepto de Sentirse bien solo, en el	Expositiva	El facilitador con ayuda de medios audiovisuales, organiza mejor	Proyector Lap top	10 minutos

		estudiante residente.		los conceptos del Sentirse bien solo, y sus beneficios frente a situaciones críticas.		
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						

Mes II Sesión 6	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Dinámica inicial	Confianza	Generar en los estudiantes mayor confianza y determinación.	Trabajo en equipo.	Todos los estudiantes hacen una circunferencia, un voluntario sale al centro y le tapan los ojos con una venda oscura. Los otros estudiantes, con ayuda de una pelota de trapo, van rotándola hasta que la música pare. El voluntario solo puede hacer tres preguntas para identificar a la persona que tiene el peluche, solo pueden responder a estas preguntas las dos personas que están al costado de la persona con la pelota de trapo.	Venda oscura. - Pelota de trapo. - Parlantes. - USB con música.	20 minutos
Exposición	Proyección audiovisual	Explicar de forma general en qué consiste la confianza.	Expositiva	Se proyectará el cortometraje <i>La Luna</i> de Enrique	Proyector de video. Lap top	10 minutos

				Casarosa: <a href="https://bit.ly/2L450iK">https://bit.ly/2L450iK</a>		
Exposición	Definir el término de Confianza	Brindar los conceptos necesarios y beneficios, en nuestra vida diaria, respecto a la Confianza.	Expositiva	El facilitador brindará algunas definiciones fundamentales respecto a La Confianza, en relación al video anterior, para su posterior análisis, discusión y conclusión.	Un aula, espacio abierto.	10 minutos
Conclusiones	Conclusión de ideas	Consolidar el concepto de Confianza, en el estudiante residente.	Trabajo en equipo.	A través de la discusión generada a partir del cortometraje presentado en esta sesión, y la participación de los estudiantes se llegarán a puntos consensos en los cuales el facilitador orientará a determinar.	Proyector Lap top	10 minutos
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						

Mes III Sesión 7	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Dinámica inicial	Lazarillo	Consolidar la confianza en cada uno de los estudiantes.	Trabajo en equipo	Se formarán grupo de dos personas cada vez que el facilitador lo sugiera. Un miembro del equipo tendrá que ser vendado, y el otro lo dirigirá sin tocarlo, solo guiándolo con su voz. Ningún participante debe tropezarse con otro.	Un aula, espacio abierto.	10 minutos
Exposición	¿Cómo nos sentimos?	Exponer las impresiones de los estudiantes.	Participativa	Cada estudiante expondrá como se sintió cuando dirigía o cuando era dirigido.	Un aula, espacio abierto.	15 minutos
Discusión	¿Es necesario el sentirse bien solo y la confianza?	Generar un debate en los estudiantes respecto a los temas de Sentirse bien	Trabajo en equipo	Se formarán grupos de 5 o 6 personas, dependiendo la cantidad total de estudiantes	Hojas bond lápiz	15 minutos

		solo y Confianza.		participantes y se les brindará las siguientes preguntas para que la discutan entre los miembros de su grupo: ¿En que nos beneficia la confianza?, ¿es necesario sentirme bien solo cuando desarrollo una actividad cualquiera? ¿Tengo confianza en mí? ¿Tienen confianza en mí?		
Conclusiones	El sentirse bien solo es... La confianza es...	Consolidar los conceptos brindados.	Trabajo en equipo	Posterior a la discusión en grupos, el facilitador elegirá a un miembro de cada grupo para que pueda definir,	Aula, espacio abierto.	10 minutos

				conjuntamente con ayuda de su equipo, los términos de: Sentirse bien solo y Confianza.		
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						



Mes III Sesión 8	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Dinámica de apertura	Los números encantados	Que el estudiante pueda equilibrar sus emociones, a pesar de los estímulos externos.	Trabajo en equipo.	Todos los participantes se enumeran de forma ascendente. Posteriormente, caminarán sin lugar fijo por toda el aula vacía, el facilitador gritará cualquier número al azar y un lugar o situación, ejem: "Dieciséis encantado. Todos estamos en un mercado#. Una vez que los estudiantes hayan escuchado al facilitador, el número correspondiente se queda	Aula, espacio abierto	15 minutos

				inmóvil, mientras el resto de estudiantes emula a la situación indicada.		
Discusión	Salón dividido	Fortalecer el concepto de ecuanimidad, en los estudiantes residentes.	Debate	Se divide al total de estudiantes participantes en grupos de dos; uno de los grupos tomará la posición de que es beneficioso ser ecuaníme, mientras el otro grupo, tomará una posición contraria. El facilitador participará como mediador.	Aula sillas	25 minutos
Conclusiones	"Yo concluyo que la Ecuanimidad es..."	Generar en los estudiantes una definición adecuada respecto a la ecuanimidad.	Trabajo individual.	Cada estudiante se levantará de su asiento, y concluirá lo que ha entendido respecto a la definición de	Aula Sillas	10 minutos

				<p>Ecuanimidad, empezando la oración con: "Yo concluyo que la Ecuanimidad es...".</p>		
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						

Mes III Sesión 9	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Recordando	Retroalimentación	Consolidar el concepto de ecuanimidad y sus beneficios en la vida académica.	Trabajo colectivo	Se conformarán grupos de cuatro a cinco personas, dependiendo de la cantidad de participantes, con ayuda de un papelógrafo estos tendrán que desarrollar una historia donde una persona se ve beneficiada por poseer la capacidad de ecuanimidad.	Aula Sillas Papelógrafos Plumones	15 minutos
Discusión	¿Es importante la ecuanimidad?	Distinguir los beneficios de una persona Ecuánime en comparación a otra que no lo es.	Debate	El facilitador, a través, de la pregunta en referencia a la importancia a la Ecuanimidad, y de ejemplos donde se perciban situaciones	Hojas bond lápices Sillas	25 minutos

				críticas, los estudiantes tendrán que identificar los beneficios de desarrollar la ecuanimidad.		
Conclusiones	"Yo concluyo que los beneficios de la Ecuanimidad son..."	Generar en los estudiantes una definición adecuada respecto a los beneficios de la Ecuanimidad.	Trabajo individual.	Cada estudiante se levantará de su asiento, y concluirá lo que ha entendido respecto a la definición de Ecuanimidad, empezando la oración con: "Yo concluyo que los beneficios de la Ecuanimidad son...".	Aula Sillas	10 minutos
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						

Mes IV Sesión 10	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Dinámica inicial	La invención del color	Fortalecer la perseverancia en los estudiantes residentes	Trabajo en equipo	En grupo de máximo tres personas, en un papelógrafo deberán crear nuevos colores pero describiéndolos sinestésicamente. Por ejemplo: "El color Ramel huele a orden".	Papelógrafos Plumones	15 minutos
Discusión	¿Es necesaria la perseverancia?	Consolidar las nociones respecto a la perseverancia.	Trabajo en equipo	Mediante los grupos conformados de tres personas, se discutirá en el grupo respectivo la importancia de la perseverancia en nuestros proyectos u objetivos a largo plazo.	Aula Sillas	20 minutos
Conclusión	Definir la capacidad de Perseverancia	Fortalecer los conceptos de Perseverancia en los	Expositiva	El facilitador definirá lo que es la Perseverancia y sus beneficios	Proyector audiovisual Lap top	15 minutos

		estudiantes residentes.		en nuestros objetivos, con apoyo de medios audiovisuales.		
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						

Mes IV Sesión 11	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Exposición	¿Qué es un proyecto de vida?	Otorgar los conceptos necesarios para realizar un proyecto de vida	Expositivo	El facilitador otorgará definiciones necesarias para la elaboración de un proyecto de vida.	Papelógrafos	20 minutos
Construcción de un proyecto de vida	Proyecto de vida	Organizar un proyecto de vida	Trabajo individual	Los estudiantes trabajarán de forma individual, pero eso no impedirá el que puedan consultarse entre ellos o al facilitador.	Papelógrafos Plumones	20 minutos
Exposición Cierre	"¿La resiliencia es importante en mi proyecto de vida?"	Los estudiantes expongan lo organizado(respecto a sus proyectos de vida) en relación a la resiliencia	Expositivo	Los estudiantes tendrán que exponer sus proyectos de vida. Respondiendo a las siguientes preguntas: ¿Cómo interviene la resiliencia?, ¿cuándo	Papelógrafos Plumones	10 minutos



				interviene la resiliencia? Y.. ¿Por qué es necesaria la resiliencia?		
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						

Mes IV Sesión 12	ACTIVIDAD	OBJETIVO	ESTRATEGIA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Dinamica inicial	Elasticidad	Fortalecer la importancia de la Resiliencia y sus dimensiones.	Trabajo individual	Cada estudiante recibirá un elástico(liga), una hoja bond y lapcieros. Posteriormente tendrá que medir el elástico sin cortar y macarlo en la hoja brindada, luego cortar el elástico y medirlo nuevamente, y finalmente estirar el elástico y ubicar la neuva medida.	Hojas bond Elásticos Lapiceros	10 minutos
Cierre	Compartir experiencias	Compartir experiencias respecto a la problemática estudiada: La Resiliencia.	Trabajo en equipo	Cada participante, nos contará su situación como estudiante y su relación con la resiliencia. A la vez, nos dará	Aula, espacio abierto	40 minutos

				<p>sus conclusiones y que aprendí en todas las sesiones anteriores.</p>		
<b>Criterio de evaluación:</b> Actividad lograda						

## BIBLIOGRAFÍA

- ADDIMA (2013). II Jornada de Resiliencia Aplicada: Promoción y desarrollo de la resiliencia. España. Recuperado de: <http://www.addima.org>
- Aquino, G. J. (2016). Adaptación a la vida universitaria y resiliencia en becarios (tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima-Perú.
- Artuch-Garde, R. (2014). *Resiliencia y autorregulación en jóvenes navarros en riesgo de exclusión social, que acuden a programas de cualificación profesional inicial*. España: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Navarra.
- Beguirí, G., Malberti, A. y Kienzi, R. (2013) SEDICI. Reconocimiento de factores resilientes en alumnos de informática, mediante la aplicación de TIC. Argentina. Recopilado de: <https://goo.gl/bkhpff>
- Bernal A. (2010). *Metodología de la investigación: administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Tercera edición. Colombia: Ediciones Pearson Educación.
- Borbarán, E., Contreras, M., Estay, P., Restrovic, D. y Salamanca, S. (2005). La resiliencia como un tema relevante para la educación de infancia: una visión desde los actores sociales (tesis de posgrado). Universidad de Chile. Chile.
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. España: Ediciones Paidós.
- Cáceres, B. I. y Ccorpuna, A. R. (2015). Estresores académicos y capacidad de resiliencia en estudiantes de segundo, tercero y cuarto año. Facultad de enfermería UNSA (tesis de pregrado). Universidad Nacional San Agustín de Arequipa. Perú.
- Caldera, M. J., Aceves, L. B. y Reynoso, G. O. (2016). Resiliencia en estudiantes universitarios. Un estudio comparado entre carreras. Revista Psicogente. Vol. 19, n. 36, pp. 227-239.

- Carretero, B. R. (2010). Una visión positiva para la prevención e intervención desde los Servicios Sociales. *Nómadas, Revista Crítica de Ciencias Sociales y Jurídicas*. Vol. 27, n. 3. Recuperado de: <https://goo.gl/FNk53s>
- Castilla, H., Caycho, T., Valdivia, A., Shimabukuro, M. y Torres-Calderón, M. (2013). Análisis exploratorio de la escala de Resiliencia de Wagnild y Young en una muestra de adolescentes, jóvenes y adultos universitarios de Lima metropolitana. *Revista de Psicología de Arequipa*. Vol. 4, n. 1, pp. 80-93.
- Castilla, H., Coronel, J., Bonilla, A., Mendoza, M. y Barboza, M. (2014). *Validez y confiabilidad de la Escala de Resiliencia en una muestra de estudiantes y adultos de la ciudad de Lima*. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*. Vol. 4, n. 2, pp. 121-136.
- Cejudo, J., López-Delgado, M. y Jesús, M. (2016). Inteligencia emocional y resiliencia: su influencia en la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *The UB Journal of Psychology. Anuario de Psicología*. Vol. 46, pp. 51-57.
- CONAYS – CMP. (2016). La salud mental en situaciones de emergencia y desastres. Perú. Recuperado de: <https://goo.gl/CSjyZf>
- Clark, A. (1999). *Estar ahí. Cerebro, cuerpo y mundo en la nueva Ciencia Cognitiva*. España: Ediciones Paidós.
- Cyrlunik, B. (2001). *La maravilla del dolor*. Barcelona: Ediciones Granica.
- D'Alessio, L. (2007). *Mecanismo Neurobiológicos: Resiliencia*. Argentina: Ediciones Polemos.
- Diario El País (2017). No habrá ciudades resilientes sin ciudadanos resilientes. España. Recuperado de: <https://goo.gl/ZYVtqA>
- Diario La República. (2012). Redacción LR: Resiliencia la capacidad de no deprimirse. Perú. Recuperado de: <https://goo.gl/7us54Z>
- Diario Perú21 (2012). La resiliencia, clave para afrontar las dificultades de la vida. Perú. Recuperado de: <https://goo.gl/UKPn1p>

- Fracica N., G. (1988). *Modelo de simulación en muestreo*. Bogotá: Ediciones de la Universidad de la Sabana.
- García-Vesga, M. y Domínguez-De la Ossa, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, niñez y juventud*. Vol. 11, n. 1, pp. 63-77.
- Garmezy, N. y Masten, A. (1994). *Adversidades crónicas: psiquiatría infantil y adolescente*. Blackwell Scientific Publications. Oxford, Inglaterra.
- Gil, E. (2010). Los procesos holísticos de resiliencia en el desarrollo de identidades autorreferenciadas en lesbianas, gays y bisexuales (tesis de posgrado). Universidad de las Palmas de Gran Canaria. España.
- Gómez, E., Cifuentes, B. y Ross, M.I. (2010). Previniendo el maltrato infantil: descripción psicosocial de usuarios de programas de intervención breve en Chile. *Universitas Psychologica*. Vol. 9, n. 3, pp. 817- 833.
- González-Arratia, N. y Valdez, J. (2013). Resiliencia: Diferencias por Edad en Hombres y Mujeres Mexicanos. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*. Vol. 3, n. 1, pp. 941-955.
- Grotberg, E. (1995). *Una guía para promover la resiliencia en niños: fortaleciendo el espíritu humano, proyecto internacional de la resiliencia*. La Haya: Bernard Van Leer Foundation.
- Henderson, V. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy*. España: Ediciones Gedisa.
- Infante, F. (2005). *La Resiliencia como proceso: una revisión de la literatura reciente*. Buenos Aires: Paidós.
- Llano, A. (2010). *La aceptación de sí mismo y la autoafirmación*. Bogotá, Colombia: Ediciones San Pablo.
- Luthar, S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. *Revista de psicopatología del desarrollo: riesgo, desorden y adaptación*. Vol. 3, n. 2, pp. 334-345.

- Luthar, S., Cicchetti, D., Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. US National Library of Medicine National Institutes of Health. Vol. 7, n. 3. Pp. 543-562.
- Maturana, H. y Valera, F. (1984). *El árbol del conocimiento: Las bases biológicas del entendimiento humano*. Argentina: Ediciones Lumen.
- Mayer, R., David, J. y Schoorman, F. (1995). *Un modelo integrador de confianza organizacional*. Academy of Management Review. Vol. 20, n. 3, pp. 709-734.
- MIDIS (2016). Escalera del bienestar. (2016). Perú. Recuperado de: <https://goo.gl/kqL9cq>
- MiNSA (2015). Asamblea Mundial de la Salud. Perú. Recuperado de: <https://goo.gl/8PAmoi>
- MiNSA (2016). Sala de Prensa. Conozca sobre la resiliencia, la capacidad de sobreponerse a los problemas. Perú. Recuperado de: <https://goo.gl/K72hfW>
- Morgan, J. (2016). *La resiliencia y su relación con el desempeño laboral*. Revista Fidélitas. Recuperado de: <https://goo.gl/KJVYwj>
- Munist, M., Kotliarenko, M., Suárez, E., Hilda, S., Infante, F. y Grotberg, E. (1998). Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes. Chile. Recopilado de: <https://goo.gl/dNE1GS>
- ONU HABITAT, por un mundo mejor (2017). Programa de Perfil de Ciudades Resilientes. Recuperado de: <https://goo.gl/h8pDcr>
- Oros, L. (2009). El valor adaptativo de las Emociones Positivas. Una mirada al funcionamiento psicológico de los niños pobres. Interamerican Journal of Psychology. Vol. 43, n. 2, pp. 288-296.
- Ospina, M., D. (2007). La medición de la resiliencia. Investigación y educación en enfermería. Universidad de Antioquía. Vol. 25, n. 1, pp. 58-65.

- Pereira, R. (2007). Resiliencia individual, familiar y social. *Interpsiquis*. La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. Octavo congreso virtual de psiquiatría. *Papeles del psicólogo*, v. 27, n. 1, pp. 33-45.
- Pizarro, C. E. (2017). Relación entre autoestima, resiliencia y rendimiento académico en estudiantes del Centro Preuniversitario de la universidad Nacional Mayor de San Marcos (tesis de posgrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Perú.
- Polo, C. (2009). Resiliencia: Factores protectores en adolescentes de 14 a 16 años (tesis de pregrado). Universidad del Aconcagua, Facultad de Psicología. Argentina.
- Ponte, A. A. (2017). Adaptación a la vida universitaria y resiliencia en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo (tesis de pregrado). Universidad Privada Antenor Orrego. Perú.
- RAE (2016). Diccionario de la lengua española. España. Recuperado de: <https://goo.gl/JPTf8F>
- Ravikumar, U. (2017). Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo: La tarea de reforzar la resiliencia. Chile. Recuperado de: <https://goo.gl/dv11DW>
- Ríos, J. (2004). *La perseverancia como medio transformacional*. España: Ediciones Salamandra.
- Rutter, M. (1992). *Desarrollando mentes: desafío y continuidad a lo largo de la vida*. Londres: Penguin Books.
- Rutter, M. (1993). *Resilience: Some conceptual considerations*. *Journal of Adolescent Health*, 14 (8), pp. 626-631.
- Saavedra, G. E. y Villalta, P. M. (2008). Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. *Revista peruana de psicología: Liberabit*. Vol. 4, n. 2, pp. 31-40.



- Salgado, C. (2012). *Medición de la Resiliencia en adolescentes y adultos*. Revista de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón. Vol. 8, n. 1, pp. 21-26
- Sampieri, R. (2013). *Metodología de la investigación*. Sexta edición. México: Interamericana editores.
- Siebert, A. (2007). *La resiliencia, construir en la adversidad: como dominar el cambio, sobrevivir a la presión y recuperarse de los contratiempos*. España: Ediciones Alienta.
- Torrico, E., Santín, C., Andrés, M., Menéndez, S. y López, M. (2002). *El modelo ecológico de Bronfenbrenner como marco teórico de la Psicooncología*. Anales de Psicología. Vol. 18, n. 1, pp. 45-59.
- UNFPA (2013). El desarrollo personal y el ejercicio de la ciudadanía: Los once aprendizajes básicos que deben lograr los adolescentes. Perú. Recuperado de: <https://goo.gl/MxBCCB>
- Universidad de Lima. (2013). Portal de la universidad de Lima: Resiliencia en niños y adolescentes. Perú. Recuperado de: <https://goo.gl/EGDegg>
- UNMSM. (2017). Boletín Informativo: Universidad dio la bienvenida a sus nuevos residentes. Perú. Recuperado de: <https://goo.gl/xJQdEU>
- Velásquez-Acosta, P. (2017). Medida de la resiliencia en estudiantes universitarios de primer ciclo de la escuela profesional de administración y negocios internacionales de la facultad de ciencias empresariales de la universidad Alas Peruanas (tesis de posgrado). Universidad de Piura. Perú.
- Villalobos, G. (2005) Diseño de un sistema de vigilancia epidemiológica de factores de riesgo psicosocial en el trabajo (tesis de posgrado). Escuela Nacional de Salud Pública. La Habana, Cuba.
- Wagnild, G., y Young, H. (1993). Desarrollo y evaluación psicométrica de la escala de resiliencia. Journal of Nursing Measurement. Vol. 1, n. 2, pp. 65-78.

Yáñez, R., Osorio, J. y Ibarretxe-Antuñano, I. (2003). Conceptualización metafórica de la confianza interpersonal. *Revistas científicas Javerianas*. Vol. 7, n. 1, pp. 43-55.

Yeager, D. S. y Dweck, C.S. (2012). Mentalidades que promueven la resiliencia: cuando los estudiantes creen que las características personales pueden ser desarrolladas. *Educational Psychologist*. Vol. 47, n. 4, pp. 302-314.

## ANEXOS

### Anexo 1: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA
<b>Problema General:</b> ¿Cuál es el nivel de resiliencia en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana?	<b>Objetivo General:</b> Determinar el nivel de resiliencia en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana	<b>Población:</b> La población a estudiar, está conformada por 45 estudiantes de ambos sexos. Un total de 19 hombres y 26 mujeres, que van desde los 18 a 23 años de edad. Pertenecientes a la residencia estudiantil de una universidad pública de Lima metropolitana.
<b>Problemas Específicos</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Muestra</b>
¿Cuál es el nivel de <b>Confianza y sentirse bien sólo</b> en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana?	Determinar el nivel de <b>Confianza y sentirse bien solo</b> en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana.	La muestra de la investigación es de tipo censal, se tomó en cuenta el 100% de la población.
¿Cuál es el nivel de <b>perseverancia</b> en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana?	Determinar el nivel de <b>perseverancia</b> en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana.	<b>Delimitación Temporal:</b> Marzo - Agosto 2018  <b>Tipo de Investigación:</b> Investigación Descriptiva  <b>Diseño de Investigación:</b> Investigación no experimental  <b>Variable:</b> Resiliencia  <b>Instrumento:</b> Escala de Resiliencia de Wagnild y Young. (1993).  Adaptada por Castilla et al. (2013).
¿Cuál es el nivel de <b>ecuanimidad</b> en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana?	Determinar el nivel de <b>ecuanimidad</b> en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana.	
¿Cuál es el nivel de <b>aceptación de uno mismo</b> en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana?	Determinar el nivel de <b>aceptación de uno mismo</b> en estudiantes residentes de una universidad pública de Lima, Metropolitana.	

## **Anexo 2: Escala de Resiliencia**

### **ENCUESTA DE RESILIENCIA**

Instrucciones:

A continuación, usted encontrará una serie de premisas que te permitirán reflexionar acerca de tu forma de pensar. Todas las preguntas deben ser respondidas, marcando con una “X”, la alternativa que mejor te identifique. Para ello las alternativas se dividen en:

TD:	Totalmente en desacuerdo
D:	Desacuerdo
AD:	Algo en desacuerdo
¿?:	Ni en desacuerdo, ni de acuerdo
AA:	Algo de acuerdo
A:	Acuerdo
TA:	Totalmente de acuerdo

Recuerda que no existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Procure responder con espontaneidad, sin tratar de pensar mucho en la respuesta. Puede voltear la página, empiece.

### Cuestionario y hoja de respuesta

		TD	D	AD	¿?	AA	A	TA
1.	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2.	Dependo más de mí mismo que de otras personas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3.	Me mantengo interesado en las cosas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4.	Generalmente me las arreglo de una manera u otra.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5.	Puedo estar solo si tengo que hacerlo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6.	El creer en mí mismo me permite atravesar tiempos difíciles.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7.	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8.	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9.	Mi vida tiene significado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10.	Me siento orgulloso de haber logrado cosas en mi vida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11.	Cuando planeo algo lo realizo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12.	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no quiera.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13.	Generalmente puedo ver una situación en varias maneras.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14.	Soy amigo de mí mismo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15.	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16.	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17.	Tomo las cosas una por una.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18.	Usualmente veo las cosas a largo plazo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19.	Tengo autodisciplina.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20.	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21.	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22.	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado anteriormente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23.	Soy decidido (a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24.	Por lo general, encuentro algo en que reírme.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25.	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Anexo 3:** Plantilla de calificación.

<b>N° Item</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>						
<b>1.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>2.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>3.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>4.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>5.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>6.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>7.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>8.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>9.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>10.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>11.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>12.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>13.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>14.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>15.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>16.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>17.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>18.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>19.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>20.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>21.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>22.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>23.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>24.-</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>25.-</b>	1	2	3	4	5	6	7

### Anexo 3: Carta de presentación



Universidad  
**Inca Garcilaso de la Vega**  
Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas  
Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 03 de agosto del 2018

Carta N° 1681-2018-DFPTS

Señora  
**MARIA ALAYA MAYON**  
SECRETARIA GENERAL DE RESIDENTES  
UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS  
Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento al señor **Fernando HUAROTO LANDEO**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificado con código 47039534 quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

Agradezco la atención a la presente y renuevo mis cordiales saludos.

Atentamente,


Dr. RAMIRO GÓMEZ SALAS  
Decano (e)  
Facultad de Psicología y Trabajo Social

Maria Alaya Mayon

RGS/vrh  
Id. 923865

Av. Petit Thouars 248, Lima  
Teléfonos: 433 1615 / 433 2795 Anexo: 3304



# Plagiarism Checker X Originality Report

**Similarity Found: 19%**

Date: domingo, Octubre 21, 2018

Statistics: 4597 words Plagiarized / 20857 Total words

Remarks: Medium Plagiarism Detected - Your Document needs Selective Improvement.

---

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL Trabajo Académico de Suficiencia Profesional "RESILIENCIA EN ESTUDIANTES RESIDENTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LIMA METROPOLITANA" Para optar el Título profesional de Licenciado en Psicología Presentado por Bachiller Fernando Huaroto Landeo LIMA – PERU 2018 DEDICATORIA A mis admirados padres, por haberme brindado siempre la oportunidad de poder aprender más. A mis hermanos, por su apoyo incondicional.

AGRADECIMIENTO Al Mg. Fernando Ramos Ramos, en correspondencia a su labor de asesor del programa de autosuficiencia profesional de Psicología; por sus orientaciones, seguimiento y supervisión continua, hasta culminar el presente trabajo.

A la universidad Inca Garcilaso de La Vega, por las herramientas que ayudaron a concluir este trabajo; compañeros y profesores. PRESENTACIÓN Señores miembros del Jurado: En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, expongo ante Ustedes mi investigación titulada "FACTORES DE RESILIENCIA EN ESTUDIANTES RESIDENTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE LIMA METROPOLITANA, 2018", bajo la modalidad de TRABAJO DE EFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para obtener el título profesional de licenciatura.

Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea correctamente evaluado y



Alumno: Fernando Huaroto Landeo



**FERNANDO RAMOS RAMOS** <framos1813@gmail.com>

📎 mar., 21 ago. 15:46 🚩

para mí ▼

Buenas tardes

SU TESIS ESTA APROBADA

Mg. Fernando Ramos Ramos

Observación en el anexo falta colocar la carta de presentación y los resultados del programa de antiplagio

\*\*\*